

Auszeit im Kloster, Kartause Ittingen – Zeitplan Beispiel (Änderungen möglich)

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
			Öffentl. Morgengebet (Klosterkirche) 7.00 -7.20		Öffentl. Morgengebet (Klosterkirche) 7.00 – 7.20	
Ab 7.30		Morgenessen (Pfisterei)	Morgenessen (Pfisterei)	Morgenessen (Pfisterei)	Morgenessen (Pfisterei)	Morgenessen (Pfisterei)
Vormittag	Individuelle Anreise Einstieg (tecum-Seminarraum) 11.00 – 13.00 gemeinsame Zeit, Organisatorisches, Thematischer Einstieg	Gemeins. Meditation (Kirche / Raum der Stille / Labyrinth) 08.30 – 09.30 Einzelgespräch (Seelsorge-Gespräch) 45 min	Einzeltherapie (tecum-Seminarraum) Vormittag oder Nachmittag, 120 min	Gemeins. Meditation (Kirche / Raum der Stille / Labyrinth) 08.30 – 09.30 Einzelgespräch (Seelsorge-Gespräch) 45 min		Gemeins. Meditation (Raum der Stille) 09.00 – 10.00 Abschluss/Segnung 10.00 - 10.30 Abreise
			Atempause am Mittag (Öffentl. Mai bis Sept, Klosterkirche) 12.00 – 12.15			
Nachmittag	Einzeltherapie (tecum-Seminarraum) 60 min				Einzeltherapie (tecum-Seminarraum) Vormittag oder Nachmittag, 120 min	
			Am 2. Mi im Monat: Öffentl. Meditation (Raum der Stille) 17.30-18.15			
18.30	Abendessen (Pfisterei)	Abendessen (Pfisterei)	Abendessen (Pfisterei)	Abendessen (Pfisterei)	18.00 Abschlussessen mit den Leiter/innen (Pfisterei)	

Therapeutisches Begleitangebot durch Ina Lindauer (www.beruehrungspunkt.ch)

Seelsorgerliches Begleitangebot/Meditation durch Pfr. Thomas Bachofner (www.tecum.ch)

Genauere Auskunft über Inhalt und Ablauf dieser Auszeit-Tage geben wir gerne telefonisch: 052 748 41 41. Maximal 4 Teilnehmende pro Auszeit.