

Alltagsexerzitien online

Wir begleiten Sie
durch die Fastenzeit 2021
auf einem Weg der Meditation.

**Impulse per E-Mail
mit Text- und Audio-Anleitungen
für eine tägliche Meditationszeit**

Zusätzliche Angebote:

- + Individuelle Begleitung per E-Mail, Telefon o. Videotelefonie durch eine Geistliche Begleiterin / einen Begleiter
- + Video-Gruppentreffen

ICH BIN DA

Still werden, wahrnehmen,
aufmerksam sein
für sich und Gott.

Kontemplative Exerzitien im Alltag

**Spiritueller Übungsweg
vier Wochen Achtsamkeit
ab Aschermittwoch (17.2.)**



Infos und Anmeldung: www.bistum-muenster.de/alltagsexerzitien-online