

# Exerzitionen im Alltag

## Palliative und Spiritual Care



Begleitung schwerkranker  
und sterbender Menschen

# 2024

# Exerzitien im Alltag

## «Du bist ein Gott, der mich sieht»

### Angeleitetes Üben von Stille und Bibelmeditation

**Zielgruppe:** Pflegende Angehörige, Freiwillige des Palliative Care-Begleitdienstes und Personen, die durch dieses christliche Meditationsangebot Kraft für ihren Alltag schöpfen möchten

**Voraussetzung:** Es wird erwartet, dass alle Teilnehmenden sich jeden Tag 30 Minuten für die Stille-Übungen Zeit nehmen.

**Anerkennung:** Kursbestätigung

**Leitung:** Pfrn. Dr. Martina Holder-Franz, Ausbildung Exerzitien

#### Kursdaten 2024:

Montag, 25. März **Informationsabend**

---

Montag, 22. April **«Sehnsucht nach Kraft»**

---

Montag, 29. April **«Bitte um Klarheit»**

---

Montag, 6. Mai **Einzelgespräche** (individuelle Termine zwischen 14 und 21 Uhr)

---

Montag, 13. Mai **«Vertrauen wagen»**

---

Montag, 27. Mai **«Neues Leben»**

---

Montag, 3. Juni **«Mit deinem Segen»**

---

**Kurszeiten:** jeweils 19 bis 20.30 Uhr

**Kursort:** Bullingerhaus, Jurastrasse 13, Aarau

**Kosten:** Fr. 200.–

#### Anmeldung:

##### Teilnahme am Informationsabend ohne Anmeldung

Definitive Anmeldung für die Exerzitien bis 1. April (spätere Anmeldung auf Anfrage). Der Informationsabend ist offen für alle. Nach dem Informationsabend ist eine verbindliche Anmeldung nötig. Für den Prozess der Exerzitien ist eine Teilnahme an allen Abenden wichtig.

Am 22. April werden allen Teilnehmenden die Materialien abgegeben.

**Information und Online-Anmeldung:** [palliative-begleitung.ch/exerzitien](https://palliative-begleitung.ch/exerzitien)

