

# Klosterzeit

durchatmen | auftanken | ausruhen

03. - 06. Oktober 2024

Kloster Marienrode

# Auszeit und Stille

Ein gutes Buch lesen. Einen Gedanken zu Ende denken. Einen ausgedehnten Mittagschlaf machen. Frische Luft atmen. Ruhig werden vor Gott. Beten. In die Zukunft schauen. Inspiration tanken. Im Moment leben.

Viele dieser Dinge haben in unserem Alltag wenig Platz – dabei sind sie uns so wichtig.

Wir möchten uns ein langes Wochenende Zeit nehmen, um genau dafür einen Raum zu schaffen: Das tun, was uns gut tut, aber sonst oft zu kurz kommt. Dazu laden wir dich ein: vom 3. bis zum 6.10.2024 im Kloster Marienrode. Zwischen kleinen Impulsen zum Nachdenken, Meditationen, Austausch und gemeinsamen Mahlzeiten soll vor allem Zeit sein für das, was du gerade brauchst. Vielleicht bedeutet das, endlich mal über das große Fragezeichen in deinem Leben nachzudenken, vielleicht aber auch einfach mal abzuschalten. Im großen Garten, in den Räumen des Klosters oder in der Kirche zum Exerziengebet der Schwestern ist genug Platz, um wahrzunehmen, hinzuhören, nachzudenken oder einfach zu sein.

# FOLLOW ME PLUS

ECHT.MUTIG.LEITEN.

**WAS** | Auszeit, Stille, Abstand gewinnen, neu ausrichten - dabei die Möglichkeit zur Auseinandersetzung mit eigenen Lebensthemen und Austausch mit anderen.

**FÜR WEN** | alle Ruheliebhaber\*innen, Alltagsmüden, Ideensuchenden, Auszeitersehnenenden und Genießer\*innen

**WANN** | Donnerstag, 03.10. bis Sonntag, 06.10.2024

**WO** | Kloster Marienrode, Niedersachsen  
Auf dem Gutshof, 31139 Hildesheim

**KOSTEN** | 242,- für Unterkunft im Einzelzimmer, Vollverpflegung

**WER STECKT DAHINTER** | FOLLOW ME  
[www.follow-me-leadership.de](http://www.follow-me-leadership.de)

**INFOS & ANMELDUNG** | per Mail an  
[miri.kimpel@posteo.de](mailto:miri.kimpel@posteo.de)



Wir sind Ronja und Miri und wir lieben Rituale – kleine Pausen im Alltag, die alles ein bisschen langsamer und schöner machen.