

*„Und so liebt die Seele
in allem das diskrete Maß.
Wann auch immer der Körper des Menschen ohne
Diskretion isst oder trinkt oder
etwas anderes dieser Art verrichtet,
werden die Kräfte der Seele verletzt.“*

Hildegard von Bingen

Anmeldung zur Fastenwoche vom 19. – 23.02.2024 in Schorndorf

Name:

Adresse:

Tel.:

E-Mail-Adresse:

Unterschrift:

EINFACH LEBEN



© Titelfoto: Heike Rau

FASTENWOCHE

nach Hildegard von Bingen
(Gemäßigtes Dinkelfasten)

19. – 23. Februar 2024, Schorndorf

Anmeldung bis spätestens 29.01.2024

bei Marlise Bühner,
Bronnfeldstr. 11, 73614 Schorndorf-Miedelsbach,
Tel.: 0 71 81 / 70 63 75
baf-schorndorf@gmx.de

Einfach leben

Mit der Fastenwoche „Einfach leben“ wollen wir bewusst aus dem Alltagskarussell aussteigen, ungute Gewohnheiten hinter uns lassen und das richtige Maß finden, nicht nur beim Essen.

Beim gemäßigten Dinkelfasten entlasten wir unseren Körper, indem wir neben Tee nur etwas Dinkel und Gemüse, angereichert mit von Hildegard v. Bingen empfohlenen stoffwechselanregenden Gewürzen, zu uns nehmen.

Durch Stille und Achtsamkeit wollen wir neue Perspektiven gewinnen, zu innerer Freiheit, Wohlbefinden und Freude finden und uns in einen guten Lebensrhythmus einschwingen.

Dazu treffen wir uns täglich abends für 1 ½ Std. zum Austausch und zu Impulsen, die uns helfen zu uns selbst zu kommen und Kraft zu schöpfen.

Am Montag, den 12. Februar 2024 findet ein Infoabend um 19 Uhr statt.

Der Infoabend ist Voraussetzung für die Teilnahme an der Fastenwoche. Dort werden die Vorbereitung auf die Fastenwoche und der genaue Ablauf besprochen.

Anmeldeschluss für die Fastenwoche: 29. Januar 2024

Termine

- Infoabend: Montag, 12.02.2024
- 1. Fastentreffen: Montag, 19.02.2024
- 2. Fastentreffen: Dienstag, 20.02.2024
- 3. Fastentreffen: Mittwoch, 21.02.2024
- 4. Fastentreffen: Donnerstag, 22.02.2024
- 5. Fastentreffen: Freitag, 23.02.2024 (Abschluss)

*„Ein Mensch, der einfach und mäßig lebt, hat Zeit und Muße, seine Seele auf das Höhere zu richten.
Es kommt die Ahnung von Gott, der die Liebe ist, in sein Herz, er wird mitfühlend mit der Schöpfung und barmherzig mit allen Schwachen und Notleidenden.“*

Hildegard von Bingen

Infos

- max. 16 Teilnehmerinnen
- Kosten: 40 EUR – bitte auf folgendes Konto überweisen:
*Evang. Gesamtkirchengemeinde Schorndorf,
Frauenwerk
Kreissparkasse Waiblingen
IBAN: DE45 6025 0010 0005 1859 37*
- Uhrzeit: 19.00 – 20.30 Uhr
- Ort: Pauluskirche, 73614 Schorndorf

Leitung

Cornelia Hieber, Tel. 07181/86767
Ernährungsberaterin, Logotherapeutin

Isabel Munk, Tel. 07172/32195
Diakonin

Veranstalter:

**Bezirksarbeitskreis Frauen
im Evang. Kirchenbezirk Schorndorf**

Kontaktadresse: Frau Marlise Bühner, Tel.: 0 71 81 / 70 63 75
baf-schorndorf@gmx.de