

# Herzliche Einladung zu Exerziten im Alltag in der Fastenzeit 2023



Ein Angebot der Pfarrei St. Josef Essen-Ruhrhalbinsel



Sich auf diesen Weg der Exerzitien einlassen heißt:  
Vier Wochen anders leben,  
vier Wochen meinem Alltag einen neuen Rhythmus geben,  
die Gegenwart Gottes in meinem alltäglichen Leben entdecken,  
das eingebettet ist in die ganze Schöpfung.  
Kraft und Stille erfahren,  
auf dem Weg durch die Fastenzeit  
auf Ostern zu.

Was sollten Sie / solltet ihr mitbringen?

Die Bereitschaft

- zu einer täglichen Zeit des persönlichen Betens,  
zu Hause oder an einem anderen für Sie günstigen Ort:  
(etwa ½ Stunde Besinnungszeit mit Anregungen aus dem  
Begleitmaterial und ¼ Stunde für den Tagesrückblick am Abend)
- zu einem wöchentlichen gemeinsamen Treffen aller Teilnehmenden

Die Termine der gemeinsamen Treffen sind:

Immer freitagabends: 03.03., 10.03., 17.03., 24.03. und 31.03.  
um 19.00 Uhr im Gemeindeheim Herz Jesu,  
Essen-Burgaltendorf, Alte Hauptstraße 62

Begleitet werden wir von Norbert Lepping und Christel Zumkley.

Bitte melden Sie sich / meldet euch an  
bis spätestens Montag, 27. Februar 2023.

Das Begleitmaterial gibt es beim ersten Treffen.

Bei Rückfragen: Daniela Hackmann, d-hackmann@gmx.de. 0201/579528

## Anmeldung für die Exerzitien im Alltag 2023

Name: \_\_\_\_\_

Anschrift: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

Gerne können Sie / könnt ihr  
die Anmeldung in der Kontaktstelle abgeben,  
oder in den Briefkasten dort einwerfen.  
Alte Hauptstraße 62, Hintereingang  
Öffnungszeiten: Mi 16-18, Do+Fr. 9-11, So 11-12 Uhr

Darüber hinaus ist es möglich, sich  
telefonisch in der Kontaktstelle anzumelden: 0201 / 572640  
oder per Mail: info-herz-jesu@gmx.de