



Hinaus in die Tiefe



Ein Bild,
das Mut macht und zugleich her-
ausfordert:

Ich breche auf,
lasse Gewohntes hinter mir,
begebe mich ins Unbekannte,
bereit, Neues zu entdecken und
zu erleben.

Gib deiner Sehnsucht Raum.
Geh einen geistlichen Weg.
Lass Tiefe zu.

**Lass dich überraschen,
was dir begegnen wird ...**

HNAUS IN DIE TIEFE

ÖKUMENISCHE EXERZITIEN IM ALLTAG

Anmeldung

Name _____

Adresse _____

Telefon _____

Ich nehme teil: ☐ vormittags
bitte eins ankreuzen) ☐ abends

Unterschrift _____

Bitte senden Sie diese Anmeldung
bis zum **20.2.2026** an

Pfarrei St. Ulrich
Im Klosterfeld 14
85716 Unterschleißheim
email: exerzitien@st-ulrich-ush.de

HINAUS IN DIE TIEFE - ICH BRECHE AUF

Ökumenische Exerzitien im Alltag 2026

Worum geht es?

Kennen Sie die Sehnsucht, den Alltagsbetrieb zu unterbrechen, um Stille und Ruhepunkte zu finden?

Die „Ökumenischen Exerzitien im Alltag“ bieten Raum für diese Sehnsucht. Das lateinische Wort „Exerzitium“ bedeutet Übung. Es geht um die „Übung“, das eigene, ganz normale Leben in den Blick zu nehmen und sensibel zu werden für Gottes Wirken darin. Es geht darum, sich jeden Tag etwas Solo-Zeit mitten im Alltag zu gönnen.

Zusätzlich treffen sich die Teilnehmenden jede Woche in einer festen Gruppe, um ihre Erfahrungen in dieser besonderen Zeit auszutauschen.

Teilnehmen kann jede und jeder. Ein bisschen Zeit und Neugier genügen. Wir laden Sie herzlich zu diesem vierwöchigen spirituellen Weg ein!

Die Termine sind

Mittwoch, 25. Februar 2026
Mittwoch, 4. März 2026
Mittwoch, 11. März 2026
Mittwoch, 18. März 2026
Mittwoch, 25. März 2026

Entweder vormittags
jeweils von **9:30 bis 11:00 Uhr**

Oder abends
jeweils von **19:30 bis 21:00 Uhr**

Im Pfarrheim St. Ulrich,
Unterschleißheim,
Im Klosterfeld 14.

Damit wir genügend Begleitmaterial für Sie bereitstellen können, erbitten wir einen Unkostenbeitrag von 10.- € und bitten um **Anmeldung** mit dem nebenstehenden Abschnitt **bis Donnerstag, 20. Februar 2026.**

Es begleiten Sie:

Brigitte Fleischmann,
Marie-Luise Fleck,
Irmgard Hering,
Elvira Neundorf

Wir freuen uns auf Sie!

Exerzitien im Alltag

Irmgard Hering • Pfarrgemeinde St. Ulrich
Im Klosterfeld 14 • 85716 Unterschleißheim
Tel. 310 46 15 • email: exerzitien@st-ulrich-ush.de

Die erhobenen persönlichen Daten werden nur im Zusammenhang mit den ökumenischen Exerzitien 2026 in St. Ulrich, Unterschleißheim verwendet und nicht weitergegeben. Nach der Veranstaltung werden die Daten gelöscht.