

EINE AUSZEIT VOM ALLTAG NEHMEN
PERSÖNLICHE KRAFTQUELLEN ENTDECKEN
DAS LEBEN SPÜREN
ENERGIE TANKEN
ETWAS FÜR SICH SELBST TUN
OHNE VERPFLICHTUNGEN IN BERUF UND FAMILIE



ZEIT ZUM LEBEN

Auszeit am Meer

Spirituelle Auszeit für Mitarbeitende der
Polizeibehörden im Ruhrgebiet

10. – 14.03.24

28.04. – 02.05.24

27. – 31.10.24

Datenschutzhinweis

Bei der Anmeldung werden Name, Dienststelle, private Anschrift, Alter, Mailadresse und telefonische Erreichbarkeit erfasst. Nach Zusage werden Name und Anschrift der Teilnehmenden an das Tagungshaus weitergeleitet,



Polizeiseelsorge im Bistum Essen

„Nimm dir die Zeit, die du glaubst nicht zu haben“, heißt es in einem Song der Hühner. Wofür verwende ich meine Zeit? Was macht meine Zeit kostbar: am Tag, im Jahr, im Leben? Wofür will ich Zeit investieren? Wem meine Zeit schenken? Diesen und ähnlichen Fragen wollen wir nachgehen: Sehr herzlich laden wir zur Insel-Zeit oder auch Zeit-Insel ein!

Elemente der Auszeit sind:

aktiv

- Erleben von Wasser, Wind und Gezeiten
- Möglichkeit zum Joggen und Strandwandern

meditativ/ganzheitlich

- Achtsamkeits- und Entspannungsübungen
- Stressabbau
- Förderung der Resilienz

kreativ

- gestalten
- schreiben

spirituell

- Impulse aus Bibel, Literatur und Musik
- Gottesdienst
- Gespräche in der Gruppe
- Zeit zum Nachdenken und Meditieren

... und anderes mehr. Mit Zeit für sich selbst und Zeit für Andere. Und natürlich mit Spaß und Geselligkeit.

Unterkunft: Pax-Gästehaus,
Dünenstr. 5, 26571 Juist
Die Unterbringung erfolgt i.d.R. in Einzelzimmern.

Anmeldung: ab sofort per Mail an unten angegebenen Kontakt.
Begrenzte Teilnehmerszahl!
Bei der Anmeldung bitte angeben:
- Name, private Anschrift, Dienststelle, Alter
- an welchen Terminen ist die Teilnahme möglich?

Weitere Informationen und spätere Zusage nach Anmeldung.

Kosten: 300,- € für Unterkunft, Vollverpflegung und Programm. Dazu kommen Reisekosten und Gästebeitrag. Teilnehmende mit Wohnsitz im Bistum Essen können im Nachhinein einen Zuschuss erhalten.

Anreise: Jeweils am Montag, aufgrund des Fährfahrplans zu verschiedenen Zeiten. Eigene Anreise, auch mit ÖPNV möglich..

Abreise: Jeweils am Freitagmittag.

Leitung: Lydia Bröß, Martin Dautzenberg, Bernd Malecki (Polizeiseelsorgende)

Veranstalter: Polizeiseelsorge im Bistum Essen

Kontakt: Martin Dautzenberg, 0176/34321054
martin.dautzenberg@polizeiseelsorge.org

Aufgrund der Vereinbarung über die Wahrnehmung der katholischen Polizeiseelsorge im Land NRW vom 04.07.1962 kann gem. § 26 FrUrlV NRW Sonderurlaub bis zu fünf Arbeitstagen unter Fortzahlung der Geld- und Sachbezüge gewährt werden. Er ist bei der personalführenden Dienststelle zu beantragen. Diese Einladung gilt als persönliche Anforderung im Sinne der Rechtsverordnung.