

# Mit Leib & Seele zurück zu mir



## Aus-Zeit im Haus der Stille in Rengsdorf

In der lauten Welt des Alltags und der Kita bekommt die eigene, leise, innere Stimme oft wenig Gehör. An diesem Tag gibt es Zeit und Raum, ihr nachzuspüren und ihr zuzuhören.

Durch Stillezeiten, Meditation, Körperübungen aus dem QiGong, Gedanken- oder Fantasiereise und Naturerlebnisse wird diese Auszeit gestaltet sein.



## SPIRITUALITÄT

**VOR. MONTAG, 18.05.2026 | 9:00 - 16:00 UHR | HAUS DER STILLE IN RENGSDORF**

Eva Maria Dech

Weitere Informationen finden Sie auf der [Homepage der Pastoralen Begleitung](#).

Anmeldung: [eva-maria.dech@bistum-trier.de](mailto:eva-maria.dech@bistum-trier.de)