

Bischöfliches Generalvikariat  
Pastoral/Schule/Bildung  
Abt. Kinder / Jugendliche /  
Erwachsene  
Fachbereich Männerarbeit  
Klosterplatz 7  
**52062 Aachen**



**Ort:**

Kloster Maria Laach, 56653 Glees

Tel.: 02652 / 59-0

Autobahnabfahrt (A61) ist Mendig/Maria Laach. Von der Autobahnabfahrt sind es ca. 2 km bis Maria Laach.

Die Abtei Maria Laach liegt ca. 16 km von Andernach entfernt. Nächste Bahnstationen sind **Niedermendig** und **Andernach**.

**Kosten:**

Der Teilnehmerbeitrag für Unterbringung und Verpflegung beträgt

**110,00 €**

Die Unterbringung erfolgt in Einzelzimmern.

**Anmeldung und weitere Infos bei:**

Fachbereich Männerarbeit

Tel.: 0241 / 452-416 Fax: 452-208

E-Mail: [abt.13@bistum-aachen.de](mailto:abt.13@bistum-aachen.de)

# Atem holen



## Besinnungstage für Männer

# 2023

10.-12. Februar

16.-18. Juni

15.-17. Dezember

## Im Kloster Maria Laach

Dies ist eine  
Kooperationsveranstaltung mit der

Bischöflichen Akademie



An diesem Wochenende geht es darum, mit sich selbst und anderen Männern Zeit zu haben, sich zu erleben, zu reflektieren und Entwicklungsimpulsen Raum zu geben. Sowohl in der Gruppe als auch individuell bieten der Ort und die Natur die Möglichkeit, sich als Teil eines großen Ganzen zu erleben.

Was ist wichtig?

Was sind meine Werte?

Was ist mein Standpunkt und Ausgangspunkt in meinen sozialen Bezügen und in meinem Handeln in dieser Welt?

Diese Tage bieten einen Rahmen, der weitgehend frei ist von äußeren Ablenkungen. Sie haben die Gelegenheit, Zeit mit sich selber zu verbringen, mit anderen Männern in Kontakt zu treten und sich von geistlichen Impulsen inspirieren zu lassen.

Dabei tauchen Sie in die Atmosphäre eines Ortes ein, an dem Männer sich seit Jahrhunderten in einem christlichen Geist auf die Suche nach dem Größeren machen, das unser Leben trägt und beschwingt.

Für die Steuerungsgruppe Männerarbeit:  
Ralf Koch, Mario Schleyden, Martin Stankewitz

## Programm

### Freitag

- 18:30 Uhr Abendessen
- 19:30 Uhr Ein erster tiefer Atemzug:  
Einstimmung und  
Kennenlernen
- 21:00 Uhr Gemütlicher Ausklang

### Samstag

- 08:15 Uhr Frühstück
- 09:15 Uhr Impuls zur freien Zeit
- 09:30 Uhr Ich habe einen Termin mit mir
- 12:00 Uhr Mittagessen
- 14:00 Uhr Was ist mir begegnet?  
Bildung von Gruppen
- 15:00 Uhr Kaffee
- 15:30 Uhr Austausch in Gruppen
- 18:30 Uhr Abendessen
- 19:30 Uhr Das Bild zusammenfügen  
Austausch im Plenum
- 21:00 Uhr Gemütlicher Ausklang

### Sonntag

- 08:15 Uhr Frühstück
- 09:00 Uhr Gelegenheit zur Teilnahme  
am Konventamt
- 10:30 Uhr Im Rhythmus bleiben:  
Zurück in den Alltag
- 12:00 Uhr Mittagessen
- 13:00 Uhr Abschied und Aufbruch

## Anmeldung

Hiermit melde ich mich zu den  
Besinnungstagen für Männer vom

---

in Maria Laach verbindlich an:

---

Name, Vorname

---

Straße

---

PLZ

Ort

---

Telefon

---

E-Mail

---

Datum

---

Unterschrift