

Auszeit im Kloster

Wir laden Sie zu einem Aufenthalt in unserem Gästebereich ein, um Stille zu erfahren, unser Gebet zu teilen – und vielleicht ein gutes Gespräch zu führen.

Informationen und Anmeldung: 0221 937067-0,
gastschwester@benediktinerinnen-koeln.de

* * *

Oblatin oder Oblate werden

Sie möchten unsere benediktinische Lebensweise – die Gottsuche und Ausrichtung auf das Evangelium – in Ihrem Alltag lebendig machen? Mit einer Oblation verbinden Sie sich tief mit unserer Gemeinschaft und begegnen Menschen, die ähnliche Wege wie Sie gehen.

Informationen: 0221 937067-0,
johanna.domek@benediktinerinnen-koeln.de

* * *

Von Einzelexerzitien bis zur Geistlichen Begleitung

Wir bieten geistliche Gespräche, die Geistliche Begleitung und Einzelexerzitien an – und freuen uns auf Ihre Anfrage.

Informationen und Anmeldung: 0221 937067-0,
sr.veronica.krienen@benediktinerinnen-koeln.de

* * *

Bibel-Entdecker – für Familien mit Kindern ab 4 Jahre

Mit dem Kamishibai, dem traditionellen japanischen Papiertheater, machen wir Geschichten aus der Bibel lebendig. Dabei lernen wir auch das Kloster kennen.

Leitung: Sr. Maria Hlupic OSB

Termine: 27.03.2026, 12.06.2026,
jeweils von 15:00–16:30 Uhr

Kosten: 8 €

Informationen und Anmeldung: 0221 775346-0,
info.agnesviertel@familienbildung-koeln.de



I/2026 Programm

Bibel-Teilen

Gott zu Wort kommen lassen: Im Fünfklang von „Beten – Lesen – Verweilen – Schweigen – Sich mitteilen“ tauschen wir uns einmal im Monat, mittwochs um 20:00 Uhr, über einen Abschnitt aus dem Neuen oder Alten Testament aus.

Leitung: Sr. Lioba Fau OSB

Kosten: Keine

Termine: Siehe Homepage

Informationen und Anmeldung: 0221 937067-0,
sr.lioba.fau@benediktinerinnen-koeln.de

* * *

Osterwerksatt – Für Familien mit Kindern ab 4 Jahren

Deine eigene Osterkerze – wie verzierst du sie?
Neben dem Kerzenrohling und den bunten Wachplatten warten in unserer Osterwerkstatt frisch geschnittene Palmzweige und Acrylfarben* auf dich
*Bitte dafür drei Eier (ausgeblasen, pro Teilnehmer) mitbringen.

Leitung: Sr. Maria Hlupic OSB

Termin: 28.03.2026, 10:00–12:15 Uhr

Kosten: 18 € (inklusive Material)

Informationen und Anmeldung: 0221 7753460,
info.agnesviertel@familienbildung-koeln.de

Weitere Informationen:

Brühler Str. 74, 50968 Köln

0221 937067-0

kloster@benediktinerinnen-koeln.de

www.benediktinerinnen-koeln.de

Spendenkonto:

IBAN: DE87 3706 0193 0017 6720 53



**Wir laden Sie ein
Benediktinerinnen Köln**

Österliche Kerzen-Karten-Kunst

Ostern ist das Fest des Lebens. Bringen Sie mit speziellen Materialien und meditativen Techniken diese Lichtbotschaft zum Ausdruck – auf Ihrer persönlichen Kerze und der dazugehörenden Karte.

Leitung: Sr. Maria Hlupic OSB

Termin: 07.03.2026, 10:00–13:00 Uhr

Kosten: 25 € pro Person (inklusive Material)

Informationen und Anmeldung: 0221 937067-0,
sr.maria@benediktinerinnen-koeln.de

* * *

Christliche Life-Balance – Anregungen aus der Benediktusregel

„Work-Life-Balance“ ist ein viel diskutiertes Thema – mit vielfältigen Lösungsansätzen. Welche christlichen helfen uns, achtsam und nachhaltig mit unseren Ressourcen umzugehen? Schon seit Jahrhunderten bietet das klösterliche Leben wertvolle Weisheiten für ein ausgewogenes Kräfteverhältnis.

Leitung: Sr. Maria Hlupic OSB

Termin: 05.06.2026, 18:00–20:15 Uhr

Kosten: 15 € pro Person

Informationen und Anmeldung: 0221 937067-0,
sr.maria@benediktinerinnen-koeln.de

* * *

MitGehen – Kar- und Ostertage

In den Tagen von Gründonnerstag bis Ostern öffnet sich ein besonderer Raum – ein Raum der Stille, der Tiefe und der Wandlung. Gemeinsam gehen wir mit Christus durch die Dunkelheit des Leidens, durch die Einsamkeit des Karfreitags, bis hin zum Licht der Auferstehung am Ostermorgen.

Leitung: Sr. Agnes Wolko OSB

Termin: 01.04.–05.04.2026, 16:00–14:00 Uhr

Kosten: 180 € (Ermäßigung möglich)

Informationen und Anmeldung: 0221 937067-0,
sr.agnes@benediktinerinnen-koeln.de

KlosterZeit – „Ora et labora“ an einem besonderen Ort

„Bete und arbeite“ ist ein tiefes Anliegen des heiligen Benedikt. Wir füllen es Tag für Tag mit Leben, machen Sie mit: Am Vormittag lässt Sie die Arbeit und das Gebet ankommen, am Nachmittag erkunden Sie den benediktinischen Weg der Gottessuche.

Leitung: Sr. Maria Hlupic OSB

Termine: 14.03.2026, 16.05.2026, 08.08.2026
jeweils von 09:00–16:30 Uhr

Kosten: 40 € pro Person

Informationen und Anmeldung: 0221 937067-0,
sr.maria@benediktinerinnen-koeln.de

* * *

Tag des Gebetes und der Kontemplation

In der Gegenwart des Herrn verweilen: Wir laden Sie herzlich ein, Stille im Rhythmus einer Samstagsruhe zu erfahren (vormittags drei Einheiten von 10:00–11:30 Uhr, nach der Mittagspause drei weitere von 13:30–15:00 Uhr, nach einer Pause zwei abschließende Sequenzen von 15:30–16:30 Uhr. Es ist möglich, nur vor- oder nachmittags teilzunehmen. Einführungstag für Ungeübte: 14.03.2026, 10:00–14:00 Uhr

Leitung: Beate Oster und Martina Kersting

Termine: 31.1.2026, 28.02.2026, 28.03.2026,
25.04.2026, 30.05.2026, 27.06.2026,
jeweils von 10:00–16:30 Uhr

Kosten: Keine

Informationen und Anmeldung:
Beate Oster, 01511 8515227, mb.oster@t-online.de

* * *

„Einfach so“ vorbeikommen

Wir heißen Sie zu unserem sonntäglichen Gottesdienst um 10:30 Uhr herzlich willkommen, mit anschließendem gemeinsamen Kaffeetrinken.

TAKE A BREAK

Auszeit mit Gott – für junge Menschen

Die Themen im Studium, die Aufgaben im Beruf, die Anforderungen zu Hause: Manchmal braucht man Ruhe davon, oder? Darum laden wir dich ein: Take a break, nimm eine Auszeit mit Gott!

Leitung: Sr. Agnes Wolko OSB

Termin: 15.05.–17.05.2026 (oder nach
Absprache)
von 16:00–13:00 Uhr

Informationen und Anmeldung: 0221 937067-0,
sr.agnes@benediktinerinnen-koeln.de

* * *

Veränderung – wie geht das? Anregungen aus der Benediktusregel

Das Leben verlangt nach Flexibilität, auch das benediktinische. Der Klostergründer hat uns in seiner Regel Ressourcen für Transformationsprozesse hinterlassen, diese möchten wir mit Ihnen ergründen.

Leitung: Sr. Maria Hlupic OSB

Termin: 20.02.2026, 18:00–20:15 Uhr

Kosten: 15 € pro Person

Informationen und Anmeldung: 0221 937067-0,
sr.maria@benediktinerinnen-koeln.de

* * *

Oasentage

Eine kleine Auszeit mit innerer Einkehr, begleitet von einem spirituellen Impuls, gestaltpädagogischen Elementen sowie Austausch – und Sie erfahren Ihre persönliche Oase.

Leitung: Sr. Cornelia Holzamer OSB

Termine: 07.02.2026, 18.04.2026, 13.06.2026,
jeweils von 09:30–16:30 Uhr

Kosten: 50 €

Informationen und Anmeldung: 0221 937067-0,
sr.corneliaholzamer@benediktinerinnen-koeln.de