

” Dann und wann  
das Tempo verlangsamen,  
anhalten, ruhig wahrnehmen, was  
in mir ist, was mich schützt,  
bedroht, erfreut, fordert, fördert;  
mich neu einstellen  
und ausrichten“

Max Feigenwinter



Brühler Str. 74  
50968 Köln  
0221 937067-0  
kloster@benediktinerinnen-koeln.de  
www.benediktinerinnen-koeln.de

**Spendenkonto:**  
IBAN: DE87 3706 0193 0017 6720 53



Auszeit mit Gott –  
für junge Menschen



**TAKE A BREAK**

“ Dann und wann  
das Tempo verlangsamen,  
anhalten, ruhig wahrnehmen,  
was in mir ist, was mich schützt,  
bedroht, erfreut, fordert, fördert;  
mich neu einstellen  
und ausrichten”

Max Feigenwinter



Brühler Str. 74  
50968 Köln  
0221 937067-0  
kloster@benediktinerinnen-koeln.de  
www.benediktinerinnen-koeln.de

**Spendenkonto:**  
IBAN: DE87 3706 0193 0017 6720 53



Auszeit mit Gott –  
für junge Menschen



**TAKE A BREAK**

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!

In unserem Kloster, an unserem Lebensrhythmus entlang, erfährst du Raum und Stille. Diese schenkt dir deine Neuausrichtung auf Gott, die Wahrnehmung von dem, was in dir steckt - und Kraft.

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!

In unserem Kloster, an unserem Lebensrhythmus entlang, erfährst du Raum und Stille. Diese schenkt dir deine Neuausrichtung auf Gott, die Wahrnehmung von dem, was in dir steckt - und Kraft.

#### **Eine „Auszeit mit Gott“ bedeutet:**

- Take a break, indem du dich durch das Stundengebet mit Gott verbindest,
- dies durch einfache Klosertätigkeiten am Samstagvormittag vertiefst,
- Impulse und Zeit für persönliches Nachsinnen und stilles Gebet einsetzt,
- dich im Austausch mit den Teilnehmern stärkst
- und in einem Begleitgespräch mit einer unserer Schwestern auch persönliche Fragen ansprechen kannst.

#### **Eine „Auszeit mit Gott“ bedeutet:**

- Take a break, indem du dich durch das Stundengebet mit Gott verbindest,
- dies durch einfache Klosertätigkeiten am Samstagvormittag vertiefst,
- Impulse und Zeit für persönliches Nachsinnen und stilles Gebet einsetzt,
- dich im Austausch mit den Teilnehmern stärkst
- und in einem Begleitgespräch mit einer unserer Schwestern auch persönliche Fragen ansprechen kannst.

**Wann:** 07.08.-09.08.2026, 09.10.-11.10.2026, 31.12.-01.01.2027 und nach individueller Absprache

**Beginn:** Freitag 16:00 Uhr  
**Ende:** Sonntag 13:00 Uhr

**Wo:** Kloster der Benediktinerinnen Köln

**Leitung:** Schwester Agnes Wolko OSB

**Kosten:** 90 € (Ermäßigung möglich)

#### **Anmeldung und Informationen:**

Kloster der Benediktinerinnen, 0221 937067-0, [sr.agnes@benediktinerinnen-koeln.de](mailto:sr.agnes@benediktinerinnen-koeln.de)

**Wann:** 07.08.-09.08.2026, 09.10.-11.10.2026, 31.12.-01.01.2027 und nach individueller Absprache

**Beginn:** Freitag 16:00 Uhr  
**Ende:** Sonntag 13:00 Uhr

**Wo:** Kloster der Benediktinerinnen Köln

**Leitung:** Schwester Agnes Wolko OSB

**Kosten:** 90 € (Ermäßigung möglich)

#### **Anmeldung und Informationen:**

Kloster der Benediktinerinnen, 0221 937067-0, [sr.agnes@benediktinerinnen-koeln.de](mailto:sr.agnes@benediktinerinnen-koeln.de)