

MET-Geschäftsstelle
im Haus der Katholischen Kirche
F 2, 6

68159 Mannheim

Veranstalter



www.m-et.de

40 Übungen für die Fastenzeit

Mit GOLDADER bieten wir dir eine Gemeinschaft bis Ostern, in der wir uns gegenseitig stärken und nach den Goldmomenten und Gottes Nähe im Alltag suchen.

Die Grundidee des Übungswegs geht auf die Tradition der sogenannten Exerzitien im Alltag zurück: Die täglichen Gebetszeiten und wöchentlichen Gruppen zum Erfahrungsaustausch ermöglichen einen achtsamen Lebensstil, der in eine tiefe Freundschaft mit sich selbst, Gott und den Mitmenschen führen will.

In den 40 Tagen der Fastenzeit legen wir die Goldadern in unserem Leben frei!

Fasten-Zeit

Inspirations-Zeit



Goldader- Zeit

Wir laden dich herzlich zur Goldader-Zeit ein – von Aschermittwoch bis Palmsonntag

Sei dabei, mach mit!

- An 40 Tagen ab Aschermittwoch 22.02.23 bis Palmsonntag 02.04.23 bekommst Du morgens zur Besinnung einen **Bildimpuls für den Tag** aufs Handy oder per Mail.
- An jedem dieser 40 Tage senden wir Dir nachmittags **Texte als Ergänzung** zum morgendlichen Bildimpuls.
- An 6 Abenden kannst Du Dich über Deine Erfahrungen mit anderen Teilnehmer*innen **austauschen**:
 - Live: montags im Citypunkt in Mannheim F2,6, 19:00-20:15 Uhr.
 - Per Zoom: mittwochs um die gleiche Zeit.
- Zu jeder Zeit ist es möglich, **eigene Texte** und Gedanken für alle in die digitale Pinwand „Padlet“ zu stellen.

Haben wir dein Interesse geweckt?

Dann melde Dich mit Deiner Mail-Adresse an.

Wenn du magst auch mit deiner Mobilnummer bzw. deinem Threema-Code, falls Du schon bei Threema bist. Oder besorge Dir die App für 4,99 Euro (einmalig) über deinen App-Store.

Weitere Infos erhältst Du nach der Anmeldung.

Anmeldung im Büro von MET:

- Telefon: 0621 15680-33
E-Mail: buero@m-et.de
- oder nach der Citymesse 10vor10 in der Mannheimer Marktplatzkirche St. Sebastian

Anmeldung

Hiermit melde ich mich für die Goldader-Zeit an:

.....
Vor- und Zuname

.....
Mobil-Nummer oder Threema-Code

.....
E-Mail-Adresse

Abschnitt an das MET-Büro einsenden:

MET-Büro
F 2, 6
68159 Mannheim

Oder Anmeldung per E-Mail an:

buero@m-et.de

