KEB Katholische Erwachsenenbildung im Landkreis Deggendorf e.V.

Heilfastenwoche nach der Hl. Hildegard von Bingen



Kurstermine: Samstag, 15. März, 18 Uhr Beginn mit Fastensuppe; Montag, 17. März um 19.00 UHr, Mittwoch, 19. März um 19.00 Uhr jeweils Gespräch und Meditation und Samstag, 22.03. 18.00 Uhr Fastenbrechen mit einem Bratapfel

Das Hildegard-Fasten ist ein gemäßigtes Dinkelfasten. Durch eine heilsame, bekömmliche, aber reduzierte Ernährung kehrt die Freude ins Herz zurück und öffnet die Sinne für die Gaben Gottes. Das gesundheitliche Risiko ist bei dieser Art des Fastens sehr gering und daher für Jung und Alt gleichermaßen geeignet. Mit der Hl. Hildegard und ihrer einzigartigen Sichtweise durch die Gabe der "inneren Schau" finden wir eine ganzheitliche Sicht von Heil und Heilung. In dieser Woche dürfen wir das erleben und spüren.Wir wollen uns Zeit nehmen für uns selbst und uns eine Auszeit gönnen für Leib und Seele. Wir spüren wohl alle, dass die vielen Gedanken, die ständig auf uns einstürmen, uns nicht mehr zur Ruhe kommen lassen. Wir laufen Gefahr, abzustumpfen oder gestresst und überfordert zu werden. Ziel ist es, aus diesen krankmachenden Gewohnheiten auszusteigen und eine neue Ordnung in unser Leben zu bringen.

Ort
94571 Schaufling, Pfarrheim, Kirchenweg 1

Mitveranstalter
KDFB

Referentin
Angela Jakob

Kosten
89 Euro

Hinweis
Am Donnerstag, 6. März um 19 Uhr findet der Vortrag zum Heilfasten im Pfarrheim Schaufling statt.
Bei der Einführung am 15. März erhalten Sie eine Einkaufsliste, Informationen zur Vorbereitung und Ablauf zur Heilfastenwoche.

Anmeldung
Tel. 0991 30875
Die Teilnahmezahl ist begrenzt.

mehr Infos & Anmeldung

VÖ: 2025-01-10 10:37:23

Tel. (09901) 62 28
keb.deggendorf@bistum-passau.de
www.keb-deggendorf.de