

Liebe Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in den caritativen Gruppen unserer Region,

in der caritativen Arbeit sind wir viel unterwegs und engagieren uns für andere. Oft kommen wir selbst dabei zu kurz.

Um diesen Weg aber weiterhin mit Elan gehen zu können, ist es wichtig, ab und zu innezuhalten.

Diese Pausen sind für unser Leben, für unsere Arbeit und unser Engagement für die Menschen lebensnotwendig.

Diese Pausen sind wie Oasen in der Wüste.

Wir laden Sie deshalb zu einem **Oasentag** ein, an dem Sie

- anderen Menschen begegnen, neue kennen lernen, Bekannte wiedersehen.
- sich geistlich besinnen und „auftanken“ können.
- sich fortbilden und neue Impulse für ihre caritative Arbeit mitnehmen können.
- miteinander etwas erleben können.

Oasentag 2010

- ab 9:30 Begrüßungskaffee**
- 10:00 Begrüßung**
Überblick über den Tag
- 10.15 Einstiegsimpuls**
- 10:30 Oasenzzeit I**
- 12:30 Mittagessen**
Pause
- 14:00 Einstieg in den Nachmittag**
- 14:30 Oasenzzeit II**
- 16:30 Wort-Gottes-Feier**
- 17:00 Ende der Veranstaltung**



Ich melde mich zum **Oasentag 2010** an.
(Anmeldungen sind auch formlos mit den entsprechenden Angaben möglich)

Herr/Frau: _____

Straße, Hausnr.: _____

PLZ, Ort: _____

Telefon: _____

Mail: _____

Pfarrei: _____

Caritasverband: _____

Ich arbeite in folgender Gruppe/Funktion mit:

Ich möchte an folgenden „Oasenzeiten“ teilnehmen:

Vormittags Nachmittags

Datum und Unterschrift

Bitte senden Sie Ihre Anmeldung per Post, per Mail (info@kath-region-ka.de) oder per Fax (0721/98855-44) an die Kath. Regionalstelle in Karlsruhe, Rechts der Alb 28, 76199 Karlsruhe

Oasenzzeit

Die Angebote finden vor- und nachmittags statt, so dass Sie an zwei Zeiten teilnehmen können.

Ich lebe mein eigenes Leben ①

- Kräfte in sich selbst entdecken und entfalten -
Wir haben oft das Gefühl, dass uns die Zeit durch die Finger rinnt, dass wir zu wenig leben, weil wir uns zu viel kümmern. Durch Übungen, Geschichten, Gespräche wollen wir hinschauen, wie wir achtsam mit uns selbst umgehen können.
Marlies Homeyer, CV Ettlingen

Selbstsorge im Ehrenamt ②

- bei allem 'Sorgen' für die Anderen sich selbst nicht vergessen -
Mit Körperarbeit im Liegen, Atemmeditation und Übungen zum 'Grenzen setzen' wollen wir dem nachspüren."
Evelyn Baumeister, CV Rastatt
Lydia Bertsch, Meditationsleiterin

Hier und jetzt ③

- Da-sein als Lebensqualität und spirituelle Dimension -
In aller Hektik des Alltags, wenn wir manchmal schon wieder weg sind, bevor wir überhaupt angekommen waren, braucht es die Vergewisserung des Augenblicks. In der Begegnung die Nähe Gottes spüren, sich gewahr werden, dass jetzt der Moment ist, der zählt. Mit Achtsamkeitsübungen und Liedern wollen wir diese Dimension für uns erschließen.
Alexander Gromann-Bross, Diözesancaritasverband

Ich lebe aus dem Füllhorn der Sekunden ④

Diese Geschichte lässt uns eintauchen in die Fülle der uns geschenkten Zeit, damit lässt sie uns aus der Fülle Gottes schöpfen, sie lässt uns aufatmen.
Margita Volk, CKD

Ich schöpfe aus dem eigenen Brunnen ⑤

- die Kraft der inneren Quellen-
Die Mühen des Alltages können unsere inneren Quellen "zuschütten". Ihre Lasten können Sie am "Brunnen" abladen und mit Entspannungsübungen, Stille ... Ihre sprudelnden Quellen in Ihnen erschließen, wieder freilegen oder neu entdecken.
Mathilde Roentgen, CKD-Diözesangeschäftsführerin

Ich gehe mit/wie Jesus an einen Ort der Ruhe ⑥

Bibliolog
Gemeinsam in und zwischen den Zeilen lesen, eintauchen in eine Szene der Bibel, Neues in einem „alten“ Text entdecken – aktiv mitgestaltend oder meditativ betrachtend, ganz wie es Ihnen gerade entspricht.
Gabriele Beck, Dekanatsreferentin, Bruchsal

Oasentag 2010

Teilnehmer/innen:

Ehrenamtliche Mitarbeiter/-innen in Pfarreien und Caritasverbänden der Region

Termin:

Samstag, 20. März 2010
10:00 bis 17:00 Uhr

Ort:

Gemeindezentrum Christkönig
Tulpenstraße 1a
76199 Karlsruhe-Rüppurr

Leitung:

Lothar Wulff, Kath. Regionalstelle
Mittlerer Oberrhein/Pforzheim

Kosten:

25 € (inkl. Mittagessen und Kaffee).
Der Teilnahmebeitrag sollte gemäß der diözesanen Ehrenamtsrichtlinien von den Pfarrgemeinden bzw. Caritas-Einrichtung/-verband übernommen werden.

Anmeldung und Information:

Kath. Regionalstelle
Rechts der Alb 28, 76199 Karlsruhe
Tel: 0721/ 98855-10 Fax: -44
E-Mail: info@kath-region-ka.de

Anmeldeschluss: 05. März 2010



Caritas-Konferenzen Deutschlands
Diözesanverband Freiburg e.V.



Caritasverbände der Region

Diözesan-Caritasverband
Freiburg

Oasentag 20. März 2010

Ein Tag für
ehrenamtliche Mitarbeiter/innen in
Pfarreien und Caritasverbänden



*Aus der Fülle Gottes schöpfen
ankommen - da sein - ich sein*

Region Mittlerer Oberrhein/Pforzheim
Erzdiözese Freiburg

