

„Meine Kraftquellen“ Frauenwochenende zum Auftanken



**Freitag, 27. Februar
bis
Sonntag, 01. März 2026**

**Exerzitienhaus
St. Thomas (Eifel)**

„Wer von dem Wasser trinkt, das ich ihm geben werde, den wird in Ewigkeit nicht dürsten. Vielmehr wird das Wasser, das ich ihm gebe, in ihm zu einer Quelle werden, die ins ewige Leben fließt.“ (Johannes 4,14)

Herzlich laden wir dich ein zu einem Frauenwochenende, an dem wir gemeinsam Kraftquellen für unser Leben entdecken:
im Gebet, in der Stille, beim Singen, im kreativen Gestalten und in der Begegnung miteinander.

Nimm dir Zeit, bei Gott aufzutanken – der Quelle, die uns stärkt und trägt.

Nähere Informationen zum Frauenwochenende

Beginn: Freitag, 27. Februar 2026

- Check-in: 17:00 – 18:00 Uhr
- Gemeinsames Abendessen: 18:00 Uhr

Ende: Sonntag, 01. März 2026, nach dem Mittagessen (ca. 13:00 Uhr)

 Ort: Exerzitenhaus des Bistums Trier
St. Thomas
Hauptstraße 23, 54655 St. Thomas (Eifel)
 www.sanktthomas.de

 Leitung: Viktoria Höhn · Claudia Kuhn · Theresia Stumm

 Kosten:

- 260 € im Einzelzimmer
- 250 € im Doppelzimmer
inklusive:
 - ✓ 2 Übernachtungen
 - ✓ Vollpension
 - ✓ 1 Kaffeepause mit Kuchen
 - ✓ Materialkosten

✨ **Das erwartet Euch:**

- Zeit für Austausch und Gemeinschaft
- Morgen- und Abendlob sowie ein gemeinsamer Gottesdienst
- Biblische und spirituelle Impulse, die stärken und inspirieren
- Kreative Workshops, die Herz und Hände ansprechen
- Freiräume für Stille, Spaziergänge und Erholung
- Gemeinsames Singen – bekannte Lieder und neue geistliche Klänge
- Qigong-Übungen, die Körper und Seele in Einklang bringen

👛 **Bitte mitbringen:**

Bequeme Turnschuhe und Kleidung für Qigong, feste Schuhe und wetterfeste Kleidung für Spaziergänge, Hausschuhe sowie Schreibmaterial.

📄 **Anmeldung:**

Kath. Pfarrbüro Sponheimer Land
Hauptstraße 69, 55595 Roxheim

✉ E-Mail: pfarrei-sponheimer-land@bistum-trier.de

☎ Telefon: 0671-28457

Anmeldeschluss: 10. Dezember 2025

Eine Kooperation von



Exerzitienhaus St. Thomas – Ein Ort zum Aufatmen

Eingebettet in die sanfte Landschaft der Eifel, mitten im stillen Kylltal, lädt das Exerzitienhaus St. Thomas dazu ein, zur Ruhe zu kommen und neue Kraft zu schöpfen.

Die wohltuende Stille der Natur schenkt Raum für Entspannung, innere Einkehr und Erholung.

Auch für das leibliche Wohl ist gesorgt: Die Küche verwöhnt mit regionalen und nachhaltig zubereiteten Gerichten, die nicht nur köstlich schmecken, sondern auch Momente echten Genusses schenken.

Ein Ort, an dem Körper, Geist und Seele gleichermaßen zur Ruhe finden dürfen. 

 **Bezahlung:** Bitte überweise den Teilnahmebeitrag bis zum 01. Februar 2026 auf folgendes Konto:

Kath. Kirchengemeinde Sponheimer Land

IBAN: DE16 5605 0180 0000 0375 64

Verwendungszweck: „Frauenwochenende 2026 + Vor- und Nachname“

 **Wichtig: Bitte zahle erst, wenn du eine Anmeldebestätigung erhalten hast.**

 **Stornierung:** Bei einer Absage gelten die üblichen Stornobedingungen. Bereits entstandene Unkosten müssen wir dabei leider berücksichtigen.

 **Förderung**

Die Veranstaltung kann voraussichtlich im Rahmen der „Geistlichen Bildung Ehrenamtlicher im Bistum Trier“ gefördert werden. Ein Antrag ist nachträglich möglich, eine Garantie auf Förderung besteht jedoch nicht.

Weitere Informationen:

 <https://www.bildung-leben.de/besondere-angebote/geistliche-bildung/>