

## **Einzelexerziten auf der Insel Wangerooge**

Einzelexerziten sind eine Zeit Inne-zu-halten, den eigenen Standort zu bestimmen oder sich dessen neu zu vergewissern. Sie dienen dazu den persönlichen Lebens- und Glaubenthemen und damit Gott Raum, Zeit und Aufmerksamkeit zu geben. Exerziten sind ein Befreiungsweg und eine Zeit sich von Gott beschenken zu lassen. Die Weite des Meeres und die Ruhe auf der Insel laden ein sich auf diesen Prozess einzulassen.

**Elemente der Exerziten:** Durchgängiges Schweigen, Meditation biblischer Texte, täglich 3 bis 4 Gebetszeiten, Schweigemeditation, tägliches Begleitungsgespräch, Angebot von Leibübungen, gemeinsamer Gottesdienst,

**Zeit:** 31.05 – 07.06.2025

**Ort:** Haus Ansgar  
Damenpfad 20  
26486 Insel Wangerooge

**Begleitung:** Raphaela Ernst  
Krankenhausseelsorgerin, Exerzitenbegleiterin  
  
Diakon Patrick Oetterer  
Diakon, Künstlerseelsorger, Exerzitenbegleiter

**Kosten:** Unterbringung und Pensionskosten: 819,00 Euro  
Aktueller Tagessatz 117 Euro  
  
Kursgebühr: 250,00 Euro  
  
Die Pensionskosten sind vor Ort zu zahlen.  
Die Kursgebühren sind im Vorfeld zu überweisen.

**Info:** [www.raphaela-ernst.de](http://www.raphaela-ernst.de)

**Anmeldung:** Raphaela Ernst

Tel.: 01520 / 8587147

mail: [kontakt@raphaela-ernst.de](mailto:kontakt@raphaela-ernst.de)

**Anmeldeschluss:** 24.01.2025