

## **Quellentag – Kleine kontemplative Auszeit im Alltag**

Das Angebot richtet sich an Menschen, die eine Sehnsucht nach Stille und vertiefter spiritueller (Gottes-)Erfahrung wahrnehmen, und die sich mitten im Alltag im Schweigen stärken möchten. Neben den kontemplativen Einheiten im Sitzen und Gehen gibt es eine Achtsamkeitsübung und Naturzeit. Inspiriert ist der Tag durch das Bild der lebensspendenden Quelle.

Vorerfahrung ist nicht erforderlich. Für das leibliche Wohl wird in köstlicher Weise gesorgt sein.

**Leitung:** Heike Lechner, Krankenschwester und Ev. Theologin, Dozentin für christliche Kontemplation, Ausbildung in Naturcoaching, [www.vias-ad-fontem.de](http://www.vias-ad-fontem.de)

**Wann:** Mittwoch, 02.04.2025, 09:00 - 17:00 Uhr

**Wo:** Auszeithaus Hohenlohe, Oberweiler 2, 74670 Forchtenberg-Wohlmuthausen

**Kosten:** 60 € inklusive Verpflegung

**Anmeldung bis 30.03.2025:** 07947/9430795 (11 bis 13 Uhr)  
[tanja.grathwohl@auszeithaus-hohenlohe.de](mailto:tanja.grathwohl@auszeithaus-hohenlohe.de)