

Zwischenhalt PLUS, Begleitete Zwischenhaltwoche mit Coaching

Kartause Ittingen, 09.06.2025, 11:00 Uhr - 14.06.2025, 11:00 Uhr

Leben und Glauben | Meditation | Auszeit im Kloster | Wachsen und Heilwerden

Zwischenhalt in klösterlicher Umgebung

ZWISCHENHALT PLUS - MIT COACHING

Raum und Zeit für einen persönlichen Rückzug bei der Kartause Ittingen

Direkt unterhalb der Kartause Ittingen steht ein Ort für eine persönliche Rückzug- und Einkehrzeit bereit. Im Haus «Alte Mühle» findest du die ideale Umgebung, um Abstand von deinem Alltag und der aktuellen Lebenssituation zu bekommen und die Dinge aus einem anderen Winkel zu betrachten.

Es erwartet dich eine Wochenstruktur mit festgelegten begleiteten Zeiten: Je nach Woche kreatives Schaffen, meditatives Schweigen, Coachinggespräche und Meditationszeiten. Daneben gibt es viel Freiraum für das eigene Gestalten deines Zwischenhalts. Die Gärten der Kartause, die Thur und die nahen Wälder helfen dir ebenfalls zur Ruhe zu kommen.

Hier kannst du durchatmen und neuen Raum in dir entstehen lassen.

Zwischenhalt PLUS

Begleitete Zwischenhaltwoche mit einem Thema:

- 13.1.-18.1.2025 mit Coaching (Nadja Abt Gürber)
- 24.2.-1.3.2025 meditativ (Madeleine Peter)
- 3.3.-8.3.2025 kreativ mit Malen (Yvonne Heinrich; ab 2 Pers.)
- 28.4.-3.5.2025 kreativ mit Töpfern (Christine Hochstrasser; ab 2 Pers.)
- 26.5.-31.5.2025 meditativ (Madeleine Peter)
- **9.6.-14.6.2025 mit Coaching (Nadja Abt Gürber)**
- 7.7.-12.7.2025 mit kreativem Schreiben (Christian Kaiser)

Wochenstruktur (kann auch abweichen)

Mo/Mi/Fr: Thematischer Halbtage, Anleitung/Impulse durch Fachperson

Di/Do: Impuls, Meditation, Gespräch (Thomas Bachofner/Cathrin Legler)

Freitagabend oder Samstagmorgen: Gemeinsamer Abschluss

Dauer

jeweils Mo, 11 Uhr bis Sa, 11 Uhr

Kosten

CHF 900.- (Pauschalpreis inkl. Beherbergung, Kurskosten; exkl. Mahlzeiten)

Plätze

1-4 Personen (2 EZ, 1 DZ zur Verfügung)

Unterkunft

Im Haus «Alte Mühle» direkt unterhalb der Kartause stehen drei Zimmer zur Verfügung. Die Zimmer sind einfach eingerichtet. Die frisch renovierte Wohnung verfügt über zwei Badezimmer, die gemeinsam benutzt werden. Die Küche und der Ess-/Wohnraum werden ebenfalls gemeinsam genutzt.

Verpflegung

individuell organisiert (selber zubereiten oder Restaurant der Kartause)

[Fotogalerie](#) / [Infos zur Kartause](#)

Anmeldung

Spätestens 3 Wochen vor dem Anlass.

[Konditionen/Stornobedingungen](#)

TIPP:

Zwischenhalt INDIVIDUELL

Der Zwischenhalt steht wochenweise für die persönliche, individuelle Einkehr offen. Man kann eine oder mehrere Wochen bleiben. Einzelübernachtungen sind nicht möglich. Anreise ist am Montagmorgen, Abreise am Samstagmorgen. Auf Wunsch und nach Absprache ist eine Begleitung mit Seelsorgegesprächen, Meditationen, Tagzeitengebete möglich.

Anmeldung/Infos [HIER](#)

Zwischenhalt Flyer

Veranstalter: tecum - Zentrum für Spiritualität Bildung und Gemeindebau

Verfügbare Plätze: 4