

Andersrum denken

Impulse für einen synodalen Lebensstil

Ein synodaler Lebensstil (griech. syn = mit, hodos = Weg; Miteinander auf dem Weg sein) klingt sinnstiftend und erstrebenswert. Aber was ist, wenn sich mir Schwierigkeiten mit anderen und durch andere in den Weg stellen?

Andersrum denken

Weil andere Menschen sich so schwer von mir ändern lassen, ist Umkehr, andersrum denken und handeln angesagt. Denn nicht alles, was mir entgegenkommt, ist unabänderliche Realität. Vieles hat mit meiner eigenen Sichtweise und Interpretation zu tun. Aber mit Hilfe von Gottes Geist kann sich manchmal Starres lösen und Aufeinander-hören und Einander-verstehen wird möglich.

Die Bilder und Impulse regen an, andersrum zu denken und zu handeln.

- Stehkalender mit 24 herausnehmbaren Postkarten mit Bildern und Impulstexten € 12,00.
- Begleitheft mit methodischen Anregungen für Gruppenleiter:innen € 2,00.

Nähere Informationen unter:

www.dibk.at/Themen/Exerzitionen/Andersrum-denken



Zeit für dich

Vorbereitungsexerzitionen mit den Unterlagen für Begleiter:innen von Exerzitionen im Alltag und solche, die es werden wollen.

- **BAUMKIRCHEN –**
Schloss Wohlgemutshaus, Schloßstraße 4
Dienstags 10.11./ 17.11./ 24.11./ 01.12./ 08.12.2026
jeweils von 18 - 20 Uhr
Begleitung: Sr. Johanna Götsch und Sr. Maria Maxwald
Kursbeitrag: € 30,00*
- **Vorbereitungsexerzitionen Online**
Dienstags 03.11./10.11./ 17.11./24.11./ 01.12.2026
jeweils von 19 - 21 Uhr
Begleitung: Irene Weinold
Kursbeitrag: € 20,00*

Anmeldeschluss: jeweils 1 Woche vor Kursbeginn



DIÖZESE
INNSBRUCK

In Kooperation mit



KATHOLISCHES
BILDUNGSWERK
TIROL

SEELSORGE.leben
Abteilung Pfarre und Gemeinschaften
Riedgasse 9, 6020 Innsbruck

T +43 512 2230-4401
pfarre.gemeinschaften@dibk.at
www.dibk.at/exerzitionen



DIÖZESE
INNSBRUCK

SEI DABEI



Exerzitionen
im Alltag

Jahresprogramm
2026/27

EXERZITIONEN IM ALLTAG
Für Begleiter:innen von Exerzitionen im Alltag



Mag. Radoslaw Celewicz
Pflegeheimseelsorge,
Trainer, Coach

Gib mir ein weites Herz und klare Grenzen

Die Kunst der Abgrenzung im (kirchlichen) Alltag.

Pastorale Dienste (ob ehrenamtlich oder hauptamtlich) leben von Hingabe. Doch gerade im kirchlichen Alltag können die Vielfalt der Aufgaben und Erwartungen zur Herausforderung werden, die klare Grenzen brauchen. Das Seminar hilft, belastende Muster zu erkennen und persönliche Wege der Abgrenzung und Kommunikation zu üben – damit Engagement und Berufung auf Dauer Freude machen und nicht zur Erschöpfung führen.

➤ **Freitag, 20. November 2026, 15 Uhr
bis Samstag, 21. November 2026, 13 Uhr**

St. Michael, Schöfens 12,
6143 Pfons/Matrei am Brenner

- Kursbeitrag: € 35,00*
- VP im DZ € 90,00
- VP im EZ € 99,00
- + € 2,60 Kurtaxe

Anmeldeschluss: Freitag, 13. November 2026

Anreise per Bahn von Innsbruck nach Matrei/Bahnhof und retour im Preis inkludiert. Wenn Sie diese Bahnreise in Anspruch nehmen wollen, bitten wir Sie, das bei der Anmeldung bekannt zu geben.

Einführung in den Exerzitienkalender Andersrum denken

Impulse für einen synodalen Lebensstil

Dabei erhaltet Ihr Informationen zum inhaltlichen Aufbau des Kalenders sowie hilfreiche Tipps zur Durchführung von Gruppentreffen.

- **Montag 12. Oktober 2026, 19 - 21 Uhr**
Innsbruck, Haus der Begegnung
- **Mittwoch 14. Oktober 2026, 19 - 21 Uhr**
Landeck, Alter Widum
- **Freitag 23. Oktober 2026, 15 - 17 Uhr**
Lienz, Bildungshaus Osttirol
- **Freitag 15. Jänner 2027, 18 - 20 Uhr**
Breitenwang, Pfarrstadl

Anmeldeschluss: drei Tage vorher!

ONLINE

Einführung in den Exerzitienkalender

- Montag, 16. November 2026 oder
am Dienstag, 12. Jänner 2027 jeweils 19 - 21 Uhr

Vorbereitungsexerzitien

- Dienstags 03.11./10.11./ 17.11./24.11./01.12.2026
jeweils 19 - 21 Uhr
Begleitung: Irene Weinold

Exerzitien im Alltag

In der Fastenzeit 2027 gibt es auch Angebote für Online-Gruppen.



Dr. Petra Steinmair-Pösel
Theologin, Mitglied des österr.
Synodenteams, Pastoralamts-
leiterin, Feldkirch

Mit Dir gemeinsam

Impulse für einen synodalen Lebensstil in Kirche und Alltag

Der Begriff einer „synodalen Kirche“ ist seit den Welt-synoden 2023 und 2024 in Rom im Umlauf. Was verbirgt sich hinter diesem Begriff und welche Auswirkungen kann das auf Kirche und persönlichen Lebensstil haben? Wir begeben uns auf eine gemeinsame Spurensuche und feiern anschließend Gottesdienst.

Unter dem Motto „Mit Dir. Gemeinsam“ beginnt mit der PGR-Wahl 2027 auch eine neue Periode gelebter Synodalität in Pfarrgemeinderäten in ganz Österreich.

- **Samstag, 30. Januar 2027, 13 - 17 Uhr**
Innsbruck, Haus der Begegnung

Anmeldeschluss: Dienstag 26. Jänner 2027

ANMELDUNGEN ZU ALLEN VERANSTALTUNGEN BEI:

Mag. Irene Weinold MAS

T: +43 512 2230-4102

M: irene.weinold@dibk.at

* Aktive Exerzitienbegleiter:innen in der Diözese Innsbruck erhalten die Kurskosten ersetzt.