



# Nochmals neu werden

Eine Retraite für Frauen ab 55

Freitag, 13. Mai bis Sonntag, 15. Mai 2022

in der Community Montmirail NE

Wann gelingt es mir wohliger einzutauchen?  
Was lässt heute mein Herz höher schlagen?  
Wofür und wogegen entscheide ich mich?  
Was will ich endlich loslassen?  
Welche Sehnsucht treibt mich?

Diesen und anderen Fragen wollen wir gemeinsam Raum und Zeit geben. Mögliche Antworten werden skizziert, mit anderen zusammen erweitert und abgewogen, um sie dann wieder allein nachzuspüren und anzupassen.

Wir werden Sie mit verschiedenen erprobten Methoden durch das Wochenende begleiten und freuen uns auf Tiefe, Ausgelassenheit, Freude und Zusammengehörigkeit.

Auch die Umgebung um Montmirail trägt das Ihre dazu bei. Das grosse Areal ermöglicht schöne Spaziergänge in Feld, Wald und am Zihlkanal, der nicht weit davon entfernt in den Neuenburger See mündet.

### **Ort:**

Communität Montmirail NE (<http://montmirail.ch>)

### **Zeit:**

Beginn: Freitag, 13. Mai 2022, 16.00 Uhr (ab 15.00 Uhr Zimmerbezug)

Ende: Sonntag, 15. Mai 2022, 15.00 Uhr

### **Begleitung:**

*Dagmar Bujack*, reformierte Pfarrerin, Reformierte Kirchgemeinde Aarau, Erwachsenenbildnerin, Geistliche Begleitung und Leitung von Exerzitien; [dagmar.bujack@ref-aarau.ch](mailto:dagmar.bujack@ref-aarau.ch)

*Myroslava Rap*, katholische Theologin, Seelsorgerin, Erwachsenenbildnerin, röm.-kath. Pfarrei Peter und Paul, Aarau; [myroslava.rap@pfarrei-aarau.ch](mailto:myroslava.rap@pfarrei-aarau.ch)

*Regula Rickenbacher*, Programmleitung HEKS VISITE AG / SO, freischaffende Beraterin, Erwachsenenbildung, Coaching; [www.r-aufwaerts.ch](http://www.r-aufwaerts.ch), [kontakt@r-aufwaerts.ch](mailto:kontakt@r-aufwaerts.ch)

### **Kosten:**

Fr. 295.00 (Basis EZ, Vollpension)

Fr. 260.00 (Basis DZ, Vollpension)

(Interessierte, welche die vollen Kosten nicht aufbringen können, wenden sich bitte an die Begleitpersonen der beiden Kirchgemeinden)

### **Mitnehmen:**

Bequeme, wetterfeste Kleidung, feste Schuhe, CD oder USB-Stick mit Ihrem Lieblingsmusikstück (ca. 3 Minuten lang).

## Anfahrt:

*Mit der Bahn:* Haltestelle Bahnhof Marin-Epagnier.

Sie erreichen Montmirail zu Fuss von Marin-Epagnier aus in ca. 20 Minuten. Der Weg ist ausgeschildert.

### Zugverbindungen Aarau Marin-Epagnier:

Aarau ab	13.13	RE
Oltten ab	13.29	IC 61
Bern ab	14.08	S 5, Richtung Neuchâtel
Marin-Ep. An	14.47	
Aarau ab	13.30	IC 5
Neuchâtel an	14.32	Regio, Richtung Biel
Neuchâtel ab	14.46	5 Min Fussweg
St-Blaise CFFan an	14.40	Bus 107 Richtung Marin-Ep.
St. Blaise sentier de la gare ab	14.46	
Marin-Ep. an	14.55	
Aarau ab	13.30	IC 5
Neuchâtel an	14.32	S 5, Richtung Bern
Neuchâtel ab	15.01	
Marin-Ep.	15.08	

*Mit dem Auto:* Wir verweisen auf die genaue Beschreibung des Anfahrtsweges auf der Webseite von Montmirail:

<https://www.montmirail.ch/index.php/de/montmirail/anfahrt>

## Anmeldung:

Ich melde mich definitiv an zur Retraite in Montmirail.

*Anmeldeschluss ist der 13. April 2022*

Name/Vorname: .....

Strasse: .....

PLZ/Ort: .....

Tel./Handy: .....

E-Mail: .....

Bemerkungen (z.B. Ernährung): .....

.....

Unterschrift: .....

## Senden:

*E-Mail:* dagmar.bujack@ref-aarau.ch

*Adresse:* Jurastrasse 13, 5000 Aarau

062 836 60 75, (auch für Rückfragen)