

### Stilleseminar

## „Atem holen für die Seele“

Der berufliche Alltag in der Polizei ist oft so eng getaktet, dass kaum Zeit bleibt, um zu Atem zu kommen. Zusätzlich begegnen Polizist:innen Situationen, die ihnen den Atem stocken lassen.

Solche Erfahrungen belasten im Laufe der Dienstzeit oft auch Menschen, die gelernt haben, mit professioneller Distanz schwierigen Situationen zu begegnen.

Innehalten, zur Ruhe kommen und durchatmen – das bieten die Tage im Schweigen, so dass die Seele wieder frei atmen kann und lebendig wird.



Zugänge: überwiegend Schweigen, biblische Impulse, Gespräche in der Gruppe, Gottesdienst, Meditationszeiten, Morgen- und Abendgebete, seelsorgliche Gesprächsangebote, Übungen zur Körperwahrnehmung

Zeit: 15. – 19.04.2024

Ort: Haus der Stille, Rengsdorf

Leitung: Pfarrerin Monika Weinmann  
Pfarrer Volker Hülsdonk

Kosten: 199,- € pro Person (EZ)

Teilnehmerzahl: ca. 12 Personen

Schriftliche Anmeldung bis zum **16.02.2024** und weitere Infos: Landespfarramt für Polizeiseelsorge der Evangelischen Kirche im Rheinland |  
E-Mail: [polizeiseelsorge@ekir.de](mailto:polizeiseelsorge@ekir.de)