

## Stilleseminar „Die Mitte finden“

Die zunehmenden Belastungen des polizeilichen Alltags machen es schwer, zu Atem zu kommen, Erfahrungen aus dem Dienst zu verarbeiten und die innere Mitte zu bewahren. Auch sind Dienstliches und Privates nicht selten miteinander verzahnt.

Die Reduktion auf Schweigen, der strukturierte Tagesablauf, die Arbeit an sich selbst anhand inhaltlicher Impulse sollen unterstützen, um die eigene Balance (wieder) zu finden. Die eigene Resilienz soll gefördert werden, so dass man sich gestärkt den täglichen Herausforderungen stellen kann. Einzelgesprächsangebote mit seelsorglichem/supervisorischem Charakter entlasten und können zum Beispiel auch der eigenen Reflexion bei anstehenden Entscheidungen dienen.



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

Zeit:	11. – 13.06.2025
Ort:	Haus der Stille, Rengsdorf
Leitung:	Pfarrer Andreas Herzog Pfarrer Uwe Hackbarth-Schloer
Kosten:	130,- € pro Person
Gruppengröße:	ca. 12 Personen

Schriftliche Anmeldung bis zum **11.04.2025** und weitere Infos:  
Landespfarramt für Polizeiseelsorge der Evangelischen Kirche  
im Rheinland | E-Mail: [polizeiseelsorge@ekir.de](mailto:polizeiseelsorge@ekir.de)