



Einfach leben – Kraft und Resilienz für mich

EINE REISE IN 4 WORKSHOPS

Schöpfungsgerechtigkeit bedeutet nicht „weniger Leben, sie bedeutet nicht geringere Intensität, sondern ganz das Gegenteil“ Laudato si' 223

Was erwartet Sie?

Inmitten von weltweiten Krisen und persönlichen Herausforderungen lädt Sie diese Workshop-Reihe dazu ein, neue Kraftquellen zu entdecken und ein schöpfungsgerechtes genügsames Leben zu erproben – inspiriert von der Enzyklika Laudato si' (LS). Genügsam bedeutet dabei nicht Verzicht, sondern Erfüllung und Verbindung mit uns selbst, anderen und unserer Mitwelt. Dies bietet uns eine Kraftquelle, für mehr Resilienz in unserem Leben.

Wer reist mit?

Eingeladen sind alle ehrenamtlichen und hauptamtlichen Gruppen aus Institutionen, Verbänden Kirchengemeinden und außerschulischen Lernorten im Bistum Hildesheim.

Was sind die Stationen der Reise?

- Vier Präsenz-Workshops (je 3–4 Stunden) über ein Jahr verteilt
- Dazwischen: Experimentierphasen (je 4–8 Wochen) zum Ausprobieren im Alltag
- Optional: kurze Impulse (je 1 Stunde) zur Vertiefung zwischen den Präsenz-Workshops

Reisebegleitung:

Rhina Colunge-Peters, gebürtige Peruanerin, begleitet Sie mit Herz und Erfahrung auf Ihrer Reise zum „Einfach leben“ im Sinne der Enzyklika Laudato si'.

Reisesprache:

Deutsch oder Spanisch – auf Wunsch auch zweisprachig.

HALLO

HOLA

Kosten:

Kostenfrei, bei Bereitstellung der Räume durch die Gruppe.

Termine und Veranstaltungsorte:

ab 15. April 2026 bis 15. Juni 2027.

Termine und Orte werden mit der sich anmeldenden Gruppe individuell vereinbart. Die Gruppe soll an der gesamten Reise teilnehmen, an allen 4 Workshops in Präsenz.

Anmeldung:

Online bis 15. April 2026 über das Anmeldeformular mit kurzer Gruppenbeschreibung.



Kontakt: umwelt@bistum-hildesheim.de
www.schoepfungsgerecht2035.de



**Wir machen Kirche –
schöpfungsgerecht**



**BISTUM
HILDESHEIM**

EINE REISE IN 4 WORKSHOPS

Die Reise

Als Reisende fragen wir uns, was für uns ein schöpfungsgerechtes Leben und Arbeiten bedeutet. Wir probieren aus, wie befreiend „einfach Leben“ sein kann – so, wie wir es auch aus unserer christlichen Tradition kennen.

Die Stationen der Reise

1. STATION

WORKSHOP „IMPULS FÜR DIE REISE“

„...nicht nur die vielfältigen Verbindungen zu bewundern, die unter den Geschöpfen bestehen, sondern (...) einen Schlüssel zu unserer eigenen Verwicklung zu entdecken.“ LS 240

Einführung in die Enzyklika Laudato si' (LS). Was ist das eigentlich: Integrale Ökologie und Schöpfungspiritualität?

2. STATION

WORKSHOP „SICH TRAUEN UND DEN HERAUSFORDERUNGEN DER REISE STELLEN“

Die Teilnehmenden lernen die Grundlagen der ökologischen Krise und die eigene Verflechtung mit dieser kennen. Sie gehen der Frage nach, wie sie Verantwortung und Mitgefühl mit sich selbst und mit anderen alltäglich leben können.

3. STATION

WORKSHOP „BERGFEST DER REISE, REFLEKTION UND AUSBLICK“

Es ist Zeit, den Weg zu reflektieren. Als Gruppe feiern wir gemeinsam unsere Fortschritte, tauschen unseren Erfahrungen aus und blicken zusammen darauf, welche Möglichkeiten es für weiteres Engagement gibt.

4. STATION

WORKSHOP „DIE SCHÖNHEIT DER AUFGABE UND DER REISE FEIERN“

Wir sind am Ziel und feiern gemeinsam. Jede Gruppe stellt vor, was sie auf der letzten Strecke gesammelt oder geerntet hat. Was nehmen die Teilnehmenden mit für ihre weitere Reise? Gibt es Interessierte, die selbst Reisebegleiterin oder Reisebegleiter werden wollten und eine neue Reise selbst initiieren würden? Welche Unterstützung bräuchten sie dafür?



Die Reisebegleiterin

Rhina Colunge-Peters ist gebürtige Peruanerin und begleitet die Teilnehmenden auf dieser Reise „Einfach Leben“ im Sinne der Enzyklika Laudato si'. Rhina beschreibt ihre Motivation mit den Worten von Giulia Tamayo: „Zu lieben, ein gutes Leben zu leben und andere Menschen dabei zu unterstützen, das ist unsere Lebensaufgabe, die nur zu oft vergessen oder aufgeschoben wird“.

© Portrait und Foto: Viterzo Grazz



**Wir machen Kirche –
schöpfungsgerecht**



**BISTUM
HILDESHEIM**