



Auf dem Jakobsberg zwischen Mainz und Bingen befindet sich das gleichnamige Kloster der Missionsbenediktiner. Im Bildungshaus des Klosters werden wir während der Oasentage Gäste sein. www.klosterjakobsberg.de

**Wir bitten
um Anmeldung
bis vier Wochen
vor Beginn!
Es gilt die Reihenfolge
der Anmeldung!**



*Regionalstellen
für Arbeitnehmer-
/innen- und
Betriebsseelsorge*

Regionalstelle Oberhessen
Karlstr. 35, 61231 Bad Nauheim
Tel. (06032) 931329, Fax (06032) 931312
Email bss.oberhessen@bistum-mainz.de
Richard Kunkel

Regionalstelle Südhessen
Weisenauer Str. 31, 65428 Rüsselsheim,
Tel. (06142) 64104, Fax: (06142) 63733
Email betriebsseelsorge.suedhessen@bistum-mainz.de
Michael Ohlemüller, Ingrid Reidt

Regionalstelle Rheinhessen
Weihergartenstraße 22, 55116 Mainz
Tel. (06131) 253 864, Fax (06131) 253 866
Email bss.mainz@bistum-mainz.de
Hans-Georg Orthlauf-Bloöß

© Fotos: Betriebsseelsorge, Kloster Jakobsberg

**Auftanken
Gönn dich dir selbst
Eintauchen in eine andere Welt
Die MITTE finden
Bewegt zur Ruhe kommen
Wahrnehmen mit Leib und Seele**

Oasentage

der Betriebsseelsorge



Referat Berufs- und Arbeitswelt im Bistum Mainz

Postfach 1560 · 55005 Mainz
Tel. 06131 - 253 864 · Fax 06131 - 253 866
Email betriebsseelsorge@bistum-mainz.de
www.arbeitswelt-bistum-mainz.de

**Oasentage für
Betriebs- und Personalräte
und Mitarbeitervertretungen**

*Referat Berufs-
und Arbeitswelt
im Bistum Mainz*

Liebe Kolleginnen und Kollegen,
sehr geehrte Damen und Herren,

Oasen sind Orte, wo der Durst gestillt wird und die Vorrats-
taschen neu befüllt werden. In der Sicherheit der Oase findet
Erholung und Austausch statt, bevor es wieder auf die raue
Wegstrecke geht.

In unseren Oasentagen laden wir zum persönlichen Inne-
halten und Auftanken ein. 24 Stunden, die den Alltag unter-
brechen, die Zeit lassen für die Begegnung mit sich selbst,
mit Gott und den anderen Teilnehmer/innen. Unterschiedli-
che Elemente werden Sie an diesen Tagen finden: Impulse
zum Weiterdenken, Austausch untereinander, sich selbst
ganz wahrnehmen mit Leib und Seele, zur Mitte finden und
sich ausrichten auf Gott.

Zu diesen Oasentagen laden wir Arbeitnehmervertreter/-
innen (Betriebs-, Personalräte, Mitarbeitervertreter/innen,
Schwerbehindertenvertreter, Vertrauensleute etc.) herzlich
ein! Wir freuen uns auf Sie!

Ihre Betriebsseelsorger/innen
im Referat Berufs- und Arbeitswelt Im Bistum Mainz

**P.S.: Eventuell noch geltende Hygiene-Bestimmungen
werden selbstverständlich eingehalten, um ein Risiko der
Ansteckung möglichst auszuschalten.**

Organisatorisches

Zeiten Die Oasentage beginnen Freitag um 14.30 Uhr
und enden Samstag 15.00 Uhr

Ort Kloster Jakobsberg, 55437 Ockenheim

Kosten € 60,- Vollpension, Unterbringung im Einzel-
zimmer mit Dusche, WC und Telefon

Leitung Pater Benedikt Nettebrock OSB
Hans-Georg Orthlauf-Blooß, Betriebsseelsorger

Anmeldung Anmeldung bei den Regionalstellen oder online
über unsere Website [www.arbeitswelt-bistum-
mainz.de](http://www.arbeitswelt-bistum-mainz.de). Weitere Informationen erhalten Sie
circa vier Wochen vor Beginn.



07./08. Mai 2021 Bewegt zur Ruhe kommen

Sich selbst in einen Zustand der inneren Ruhe, Gelassenheit
und körperlichen Entspannung zu bringen, dabei helfen
die langsam fließenden Bewegungen aus dem Qi-Gong. Die
Übungen sind ein Bestandteil der chinesischen Medizin und
eine wirksame Methode der Stressreduktion und Stärkung
der Selbstheilungskräfte.

Referentin: Ruth Hammer, Dipl.-Sozialpädagogin,
Qigong-Lehrerin



01./02. Oktober 2021 Die eigene Mitte finden

Meinen sicheren Stand finden, mein Ziel fokussieren, Span-
nung aufbauen und im richtigen Moment loslassen, darauf
kommt es nicht nur beim Bogenschießen, sondern auch im
eigenen Leben an. Das rechte Maß erkennen, die Kraft des
Loslassens und Zulassens entdecken und die eigene Mitte
finden, sind Elemente dieses Oasentages.

Referent Uwe Niederauer, Diplomsporthehrer