

FREITAG 8.11.2019

„still_in_den_tag“ Kontemplative Meditation in Stille – anschließend Kaffee Herz-Jesu-Kirche, Friedrich-Wilhelmstr.Trier Team Sredna	7.30 – 8 Uhr
ATEMPAUSE ...mit Klängen in die Stille... Jesuitenkirche Trier, Jesuitenstraße	12-12.15 Uhr
AUF KREATIVEN WEGEN ZUR INNEREN QUELLE FINDEN Schreibwerkstatt mit Methoden kreativen Schreibens Pfarrheim 54311 Trierweiler, Kirchstraße 11 Hanne Bares Anmeldung: Tel. 0651/4604855 hanne.bares@gmx.de	16-18.00 Uhr
DAS STILLE QIGONG Vom Sitzen – zum Stehen – zum Gehen Pfarrsaal St. Augustinus, Im Treff 15 Anne Lentes Anmeldung: a.lentes@gmx.de, Tel.06505/99 17 91	18 Uhr
RUHE.PUNKT – CHRISTLICHE MEDITATION Meditationsraum in der Kirche St.Augustinus, Im Treff 15 -wie Dienstag-	19 Uhr
WIE DIE STERNE AN DEN HIMMELSBOGEN KAMEN Märchenerzählung mit Lichterreise zu den Sternen Ort: Parkplatz am Meulenzwald, Trier-Quint, Am Rothenberg 10 <small>Hinweis: feste Schuhe, wetterabhängige Kleidung</small> Gitta Pelzer, Anmeldung: maerchenpelzer@t-online.de	19– 20 Uhr
herzgestillt Nacht-Stille-Liebe-Schlaf-Tod Meditative Musik (Klavier&Lyrik) Gunter Berthold Caspar-Olevian-Saal Trier (neben Basilika)	20 – 21.30 Uhr

SAMSTAG 9.11.2019

MORGENSPAZIERGANG AUF DEM IMPULSWEG WASSERLIESCH gemeinsam-still-unterwegs -in einen neuen Tag- Start: Parkplatz Orchideengebiet, Löschemer Berg Wasserliesch Angela Hoffmann, Anita Schons	7.30-8.30 Uhr
ATEMPAUSE ...mit Klängen in die Stille... Jesuitenkirche Trier, Jesuitenstraße	12-12.15 Uhr
TON-ORT-STILLE Klanginstallation Bernd Bleffert Atelier: Martina Rothkamm, Johannisstrasse 1	16-18 Uhr
stillegestillt Meditation von der äußeren Bewegung in die innere Bewegung Tanzstudio Patricia Meier, Max-Planckstr.23, Petrisberg Gunter Berthold, Anmeldung: 0157/ 87661962	17.30-19 Uhr
SINGEN BEWEGT Vom äußeren Klingen zum inneren Schwingen. Gemeindesaal Olewig, Auf der Ayl <small>Bitte eine Decke mitbringen</small> Anmeldung: Tel. 01578/ 6000400, Christian Strupp	19-20.45 Uhr
GEBET MIT GESÄNGEN aus TAIZÈ Kurze Gesänge, biblischer Text und Stille prägen die Gebete aus Taize, um so in Verbindung zu bleiben. Kirche St. Aper, Wasserliesch, Hauptstraße 64 Taizekreis Wasserliesch	20 Uhr
SONNTAG 10.11.2019	
MORGENDLICHER STILLESPAZIERGANG AUF DEM SÜDFRIEDHOF Impuls – Spaziergang – gemeinsamer Abschluss Ort: Eingang Südfriedhof Marie-Luise Burg	9 Uhr
DAS STILLE QIGONG Meditative Übungen nach taoistischer und buddhistischer Tradition. Kath.Familienbildungsstätte Trier, Krahenenstr.39b Anne Lentes Anmeldung: a.lentes@gmx.de, Tel.06505/ 99 17 91	11-12 Uhr

SONNTAG 3.11.2019

ATEMPAUSE mit Klängen in die Stille Jesuitenkirche Trier	12-12.15Uhr
INTUITIVES BOGENSCHIESSEN Bezirkssporthalle Heiligkreuz, Hans Böckler – Allee 22 Karl-Heinz Radünzel Anmeldung: khraduenzel@gmx.de <small>Bitte Hallenschuhe mitbringen</small>	12.30 – 13.30 Uhr
ABENDLICHER STILLESPAZIERGANG auf dem Südfriedhof Impuls – Spaziergang – gemeinsamer Abschluss Marie-Luise Burg Ort: Eingang Südfriedhof	17 Uhr
PANTOMIME IST DIE KUNST DER STILLE Mit diesen Gedanken begrüßt JOMI – der weltbekannte Pantomimekünstler – seine Gäste auf der Homepage. Bei ihm wird Pantomime zur Botschaft, denn in der Kunst der Stille spiegelt sich das Leben. Ort: Matthias-Saal, St. Matthias, Matthiasstr.79	18 - 19 Uhr
EINSTIMMEN ins lauschende Hören Klangbilder mit intuitivem Gesang, Flügelhorn, Trompete, Gong, Monochord... Herz-Jesu-Kirche Trier, Friedrich-Wilhelmstr. Christine Radünzel, Armin Neises, Gunter Berthold	20 Uhr
MONTAG 4.11.2019	
ATEMPAUSE mit Klängen in die Stille Jesuitenkirche Trier	12-12.15Uhr
GEDANKENGANG IM NOVEMBERGARTEN Garten: Breitenweg 20, Filsch - Agnes Gräser fällt bei Regen aus- Anmeldung: agnes@graeser.de	18Uhr
AFTER WORK SILENCE Text – Musik – Stille Apsis der Konstantinbasilika Clarissa Schmithüsen, Johannes Metzdorf-Schmithüsen	18 -18.30 Uhr

ATEMPAUSE ...mit Klängen in die Stille... Jesuitenkirche Trier, Jesuitenstraße	12-12.15 Uhr
INTUITIVES BOGENSCHIESSEN Bezirkssporthalle Heiligkreuz, Hans-Böckler-Allee 22 Karl-Heinz Radünzel Anmeldung: khraduenzel@gmx.de <small>Bitte Hallenschuhe mitbringen</small>	12.30-13.30 Uhr
GEHEN – STEHEN – STILLE Eine Performance zum Mitmachen Tänzerinnen des Kurses Experimenteller Tanz und Improvisation, Ensemble BewegGrund T und alle Menschen, die über den Domfreihof gehen. Treffpunkt: Domfreihof Gudrun Paulsen	14 Uhr
LICHT UND KLANG Kerzenlicht und Klang laden ein, in Bewegung zu sein, Ruhe zu finden und Resonanz zu spüren. Am Ende des etwa 2km langen Weges erwartet Sie ein Umtrunk mit einer Möglichkeit der Begegnung. Ort: Parkplatz „Perfeist“ am Orchideengebiet Wasserliesch Es gibt keinen gemeinsamen Beginn, in der Zeit zwischen 17 und 18 Uhr kann der Weg begangen werden. <small>Bei schlechtem Wetter findet die Veranstaltung in der Kirche von Wasserliesch, Hauptstraße 64 statt</small> AK Spiritualität der PG Saar-Mosel,	17-18 Uhr
AUF DER SUCHE NACH DEM TON DES SCHWEIGENS siehe Donnerstag, 7.11. Kasel , Neuwiese 31	19 Uhr
CHAKREN – MANTREN – SINGEN -komm in Resonanz mit deinem Inneren- Yoga-Vidya-Zentrum, Hawstr.2a Bitte warme Socken und eine Decke mitbringen. Christian Strupp Anmeldung: Tel. 01578/ 6000 400	19-20.45 Uhr
TONSTILLEN Bernd Bleffert: Tonstillen für 2-7 Sandspieler Ort wird auf der Homepage bekanntgegeben: www.stille-in-trier.de	20 Uhr

EUTONIE -Entspannung und Ruhe erfahren- Logopädische Praxis Mariette Becker, Bollwerkstr.1, <small>Bitte warme Socken und eine Decke mitbringen.</small> Johanna v. Landenberg Anmeldung: 0651/9981140, johanna.vonlandenberga@arcor.de	18.30 – 19.30Uhr
LIEDER IN RAUM UND ZEIT zum Lauschen und Mitsingen Pfarrsaal St. Augustinus, Im Treff 15 Hildegard Knebel Anmeldung: info@klangundgesang.de	19– 20.30Uhr
ZEIT FÜR STILLE Ein außergewöhnlicher Film von Patrik Shen Broadway, Filmtheater, Paulinstraße	19.30 Uhr
DIENSTAG 5.11.2019	
„still_in_den_tag“ Kontemplative Meditation in Stille, anschließend Kaffee Herz-Jesu-Kirche, Friedrich-Wilhelmstraße Team Sredna	7.30 -8 Uhr
STILLE WANDERUNG DURCH DEN WALD mit anschließender Meditation Start am Yogazentrum Grundheber, Herresthalerstr.27 Inge Grundheber	8–9.30 Uhr
ATEMPAUSE ...mit Klängen in die Stille... Jesuitenkirche Trier, Jesuitenstraße	12-12.15 Uhr
TON-ORT-STILLE Klanginstallation Bernd Bleffert Atelier: Martina Rothkamm, Johannisstrasse 1	16-18 Uhr
AFTER WORK SILENCE Text – Musik – Stille Apsis der Konstantinbasilika Clarissa Schmithüsen Johannes Metzdorf-Schmithüsen	18 -18.30 Uhr
ATEMPAUSE ...mit Klängen in die Stille... Jesuitenkirche Trier, Jesuitenstraße	12-12.15 Uhr
DER DOM - ORT DER STILLE (?) Meditativer Rundgang Treffpunkt: Dom, Haupteingang Gesa Nortmann	16.30 –ca. 17.30 Uhr
AFTER WORK SILENCE Text – Musik – Stille Apsis der Konstantinbasilika Clarissa Schmithüsen Johannes Metzdorf-Schmithüsen	18 -18.30 Uhr
MEINE KREATIVE KRAFT in der Stille erleben Eine Zeit mit Impulsen der Resilienz und kreativen Elementen Pfarrzentrum St.Augustinus, Im Treff 15, Yvonne Strupp	18-19.30 Uhr
EUTONIE Entspannung und Ruhe erfahren- Logopädische Praxis Marietta Becker, Bollwerkstr.1 Johanna v.Landenberg <small>Bitte warme Socken und eine Decke mitbringen</small> Anmeldung: 0651/9981140, johanna.vonlandenberga@arcor.de	18.30 – 19.30 Uhr
RUHE.PUNKT – CHRISTLICHE MEDITATION Meditationsraum in der Kirche St.Augustinus, Im Treff 15 -wie Dienstag-	19 Uhr

THEMENFENSTER während der Woche der Stille in Trier: Il de re, Buchhandlung Regine Ebel, Brücksenstrasse 13 TERRA VIVA, Christine Floss, Neustrasse 28 Ideenreich, Fotografik Sonja Weber, Neustrasse 24 Bestattungen Grandjean, Skulpturen Martina Rothkamm, Wisportstrasse 7	
DANKE Denen, die mit guten Gedanken unterstützt haben und denen, die sich auf so vielfältige Weise eingebracht haben, denen, die der Stille Raum geben und denen, die durch ihren finanziellen Beitrag den Rahmen geschaffen haben, möchten wir als Initiativgruppe DANKE sagen.	
INITIATIVE UND ORGANISATION	
Initiativgruppe “Woche der Stille”	
Ansprechpersonen:	
Christine Radünzel Mail: christine-raduenzel@web.de	
Maik Bierau Mail: maik.bierau@bgv-trier.de	
INTERNET www.stille-in-trier.de	
UNTERSTÜTZUNG	
Wir freuen uns, wenn Sie die Woche der Stille durch Ihre Teilnahme, Mitwirkung und/oder Spende unterstützen	
BANKVERBINDUNG/KOOPERATION	
Katholische Kirchengemeinde St. Mathias Volksbank Trier DE 32585601030011310107 Verwendungszweck: Woche der Stille	

STILLE - mitten im Alltag, mitten in der Stadt

Inspiziert durch Initiativen in Berlin, Freiburg, Frankfurt...fand im November 2018 die erste „Woche der Stille“ in Trier statt.

Aufgrund der guten Erfahrungen und großen Resonanz laden wir auch in diesem Jahr wieder dazu ein, sich mit den unterschiedlichen Facetten von Stille, Achtsamkeit und Innehalten zu beschäftigen:

.....meditativ, lauschend, musikalisch, poetisch, künstlerisch, experimentell.....

Zahlreiche Orte und Menschen laden auf ganz unterschiedliche Art und Weise ein, Pausen einzulegen, Ruhe zu spüren und die zentrierende Kraft der Stille zu erfahren.

Der Weg zu allem Großen, geht durch die Stille. -Friedrich Nietzsche-	
Für alle Veranstaltungen ist der Eintritt frei, wir freuen uns aber über Spenden. Wenn es nicht ausdrücklich vermerkt ist, ist keine Anmeldung nötig.	
Tagesaktuelle Änderungen können auf der Homepage eingesehen werden.: www.stille-in-trier.de	

WOCHEN DER STILLE in TRIER	
3.-10. November 2019	
WOCHE DER STILLE in TRIER	
3.-10. November 2019	

...auf einmal wird es so still... Wenn das Leben zu Ende geht- Gedanken, Worte, Schweigen, gelernt und erfahren von denen, die uns vorausgegangen sind. Laube im Garten des Hospizhauses, Ostalle 67 Maria Brandau, Sabine Schulte	19-20 Uhr
DONNERSTAG 7.11.2019	
STILLE WANDERUNG DURCH DEN WALD mit anschließender Meditation Start am Yogazentrum Grundheber, Herresthalerstraße 27 Inge Grundheber	8-9.30 Uhr
ATEMPAUSE -mit Klängen in die Stille- Jesuitenkirche Trier, Jesuitenstraße	12-12.15 Uhr
TON-ORT-STILLE Klanginstallation Bernd Bleffert Atelier: Martina Rothkamm, Johannisstrasse 1	16-18 Uhr
GEDANKENGANG IM NOVEMBERGARTEN Garten: Agnes Gräser, Breitenweg 20, Filsch, fällt bei Regen aus- Anmeldung: agnes@graeser.de	18 Uhr
RUHE.PUNKT - CHRISTLICHE MEDITATION Meditationsraum in der Kirche St.Augustinus, Im Treff 15 -wie Dienstag-	19 Uhr
AUF DER SUCHE NACH DEM TON DES SCHWEIGENS -ein kreativer Bibelworkshop- Wir beschäftigen uns mit einem Bibeltext. Lassen ihn ganz individuell und persönlich auf uns wirken. Spüren ihm in Stille nach und übersetzen das „Gehörte“ dann in unsere eigene, kreative Sprache. Ort: Kasel, Neuwiese 31 Sylvia Theis Anmeldung: 0651/ 4351319	19 Uhr
GESANG DER STILLE in der KRYPTA Intuitive – experimentelle Klangspuren Mit Gong, Monochordund Gesang. Krypta der St. Matthias-Basilika, Matthiasstraße Christine Radünzel Andrea Ehses Martina Rothkamm	19.30 Uhr