

## Fasten Retreat mit Sabine Wiemann

### Stimmen zur Fastenwoche im Juli 2023

---

#### Peter I. aus dem Kanton Luzern

*Die Fastenwoche begleitete meinen Übergang vom letzten Arbeitstag in die Pensionierung. Für diesen Prozess war die Ausstrahlung der Propstei als ehemaliges Benediktinerkloster perfekt. Ich fand dort Ruhe und Raum, um den Übergang bewusst zu erleben und in meine Mitte zu kommen.*

#### Regina L. aus dem Kanton Aargau

*Für mich ist das Fasten jedes Mal ein Resette für die Seele. Ich finde eine neue Balance, komme wieder mehr bei mir an. Die spirituelle Atmosphäre der Propstei unterstützt das Fasten und meinen persönlichen Prozess.*

#### Dorothee B. aus Basel-Land

*Bei einem Chorwochenende in der Propstei entdeckte ich die Fastenwoche. Ich erlebe die Propstei als Kraftort und liebe es, in dieser schönen Umgebung zu sein. Die Fastenleiterin unterstützt uns mit ihrem Wissen um die besonderen Bedingungen und Auswirkungen des Fastens. Sie schafft einen liebevollen Rahmen, in dem ich mich aufgehoben fühle.*



FASTEN  
RETREAT

DETOX - RELAX - RECOVER