



AUFBRECHEN

Spirituelle Wanderungen und mehr
im Nationalpark Eifel



2025

Den Alltag bewusst unterbrechen, zur Ruhe kommen, unter freiem Himmel **mit Leib und Seele in Bewegung sein**, innehalten, die Natur und sich selbst wahrnehmen, sich von spirituellen Impulsen zum Nachdenken und zum Austausch anregen lassen, Gemeinschaft erleben, Zeit haben für die wichtigen Dinge.

Wir können in der Natur Aufwind spüren und Kraft schöpfen.

Alle Veranstaltungen können zusätzlich zu den hier angegebenen Terminen auch individuell von Ihrer Gruppe als ein- oder mehrtägige Veranstaltung gebucht werden – gerne besprechen wir mit Ihnen hierfür Termin und Ablauf.

Weitere Informationen schicken wir Ihnen gerne zu oder sprechen Sie uns dafür direkt an. Zu den einzelnen Veranstaltungen erhalten Sie von uns zudem im Vorfeld einen ausführlichen Infobrief.

Seelsorge in Nationalpark Eifel und Vogelsang

Vogelsang 86a · 53937 Schleiden

Telefon: 02444 575 99 87

info@nationalparkseelsorge.de

www.nationalparkseelsorge.de

 [nationalparkseelsorge](https://www.facebook.com/nationalparkseelsorge)



Unterkunft: Wenn Sie vor Ort übernachten möchten, brauchen Sie selbst kein Zimmer zu suchen. Wir bieten Ihnen verschiedene Möglichkeiten an und haben immer auch schon Zimmer vorreserviert. Die Buchung erfolgt dann über Sie. Es ist auch möglich, jeweils am Morgen anzureisen.

Teilnehmendenbeitrag: Die Teilnahme an den Tageswanderungen ist kostenlos, um eine Spende zur Unterstützung der Seelsorge in Nationalpark Eifel + Vogelsang wird gebeten.

3-tägige Wanderungen: Der Beitrag liegt je nach Ihren persönlichen finanziellen Möglichkeiten zwischen 50,- € und 150,- €. Sie können den Betrag selbst festlegen. Bitte melden sie sich, wenn Sie eine weitere Kostenreduzierung benötigen.

Burnout Prophylaxe: Der Beitrag liegt je nach Ihren persönlichen finanziellen Möglichkeiten zwischen 100,- € und 200,- €. Sie können den Betrag selbst festlegen. Bitte melden sie sich, wenn Sie eine weitere Kostenreduzierung benötigen.

Teilnehmende aus dem Bistum Aachen erhalten auf Wunsch einen Zuschuss.



Aufbrechen und Ostern entgegen gehen

Wandern mit Leib und Seele in der Karwoche

AUFBRECHEN! Wie die Natur des beginnenden Frühlings: Aufbrechen, aufblühen, Altes und Starres hinter sich lassen, eine neue Lebendigkeit spüren.

AUFERSTEHEN! Das Leben ist stärker als der Tod. Die Starre des Grabs wird verwandelt in einen blühenden Garten. Die Fesseln, die uns am Leben hindern, lösen sich.

An drei Tagen in der Karwoche den Alltag bewusst unterbrechen, unter freiem Himmel mit Leib und Seele in Bewegung sein, innehalten und die Natur und sich selbst wahrnehmen, sich von geistlichen Impulsen zum Nachdenken und zum Austausch anregen lassen, Gemeinschaft erleben, der befreienden Osterbotschaft neu und anders entgegengehen. An Gründonnerstag feiern wir gemeinsam „Abendmahl“ und bieten eine Nacht des Wachens mit unterschiedlichen kreativen und spirituellen Gestaltungsmöglichkeiten an. Der Karfreitag ist ein stiller Tag, geprägt vom Vertrauen darauf, dass ich getragen bin.

AUFBRECHEN:	MI 16. APRIL 2025	10.00 Uhr
ANKOMMEN:	FR 18. APRIL 2025	17.00 Uhr

Unterkunft in Vogelsang

BEGLEITUNG Georg Toporowsky, Pastoralreferent

Aufbrechen und Kraft schöpfen

Burnout-Prophylaxe in der Natur

AUFBRECHEN! Drei Tage draußen in der Natur spürbar in Bewegung sein, zur Ruhe kommen, Zeit haben für die wichtigen Themen Ihres Lebens und heilsame Begegnungen mit der Natur erfahren

KRAFT SCHÖPFEN! Im Kontakt mit der Natur gelingt es erfahrungsgemäß leichter, den Kontakt zu sich selbst wieder zu finden. Wir laden Sie ein, in der Natur und in bestärkender Gemeinschaft neue Kraft für Ihren weiteren privaten und beruflichen Lebensweg zu finden. Wir unterstützen Sie dabei mit Impulsen und Strategien zur Burnout-Prophylaxe, praktischen Erfahrungen und Trainings zur Stärkung Ihrer Ressourcen und spirituellen Angeboten.

AUFBRECHEN:	DO 01. MAI 2025	10.00 Uhr
ANKOMMEN:	SA 03. MAI 2025	17.00 Uhr

Unterkunft in Gemünd

BEGLEITUNG Georg Toporowsky, Pastoralreferent
Ronald Weber, Dipl.-Ing.



Aufbrechen und Gottes Schöpfung genießen

Ein Fest der Sinne im Sommer des Nationalparks
über die Dreiborner Hochfläche und den Schöpfungspfad

AUFBRECHEN! In die Natur, Eintauchen in den Geruch von Moos und Bäumen, nur unterbrochen von dem Zwitschern der Vögel und dem Rascheln der Tiere im Unterholz. Es gilt, den Augenblick und die Schöpfung zu genießen, sich einladen zu lassen von einer wohltuenden Stimmung in der Natur.

GOTTES SCHÖPFUNG GENIESSEN! Erleben Sie dieses Fest der Sinne auf der Dreiborner Hochfläche und dem Schöpfungspfad in Einruhr-Hirschrott. Sie sind eingeladen, den Alltag bewusst zu unterbrechen, mit Leib und Seele in Bewegung zu sein, Gemeinschaft zu erleben und sich zum Nachdenken und Austausch inspirieren zu lassen.

AUFBRECHEN:	FR 04. JULI 2025	10.00 Uhr
ANKOMMEN:	SO 06. JULI 2025	17.00 Uhr

Unterkunft in Vogelsang

BEGLEITUNG Georg Toporowsky, Pastoralreferent

Aufbrechen und Aufwind spüren

Aufatmen, Stille finden, mit Leib und Seele
in Berührung sein

AUFBRECHEN! Die Ruhe des Waldes und die natürlichen Geräusche der Vögel, des Windes oder des Bachs tun uns Menschen gut. Sie sind Balsam für Leib und Seele und machen uns offen – für uns, für andere, für Gott.

AUFWIND SPÜREN! Sie sind herzlich eingeladen, sich von der herrlichen Natur der Eifel inspirieren zu lassen, in der Natur einen freien Kopf zu bekommen, zu wandern, den eigenen Körper zu spüren, den eigenen Fragen und der eigenen Spiritualität nachzugehen. Sie können Gemeinschaft erleben, zur Ruhe kommen, sich mit der Natur verbunden fühlen, sich von spirituellen und naturgegebenen Impulsen zum Nachdenken und zum Austausch anregen lassen und daraus Kraft für das eigene Leben schöpfen: Die Natur ist ein heilsamer Ort.

AUFBRECHEN:	DO 14. AUGUST 2025	10.00 Uhr
ANKOMMEN:	SA 16. AUGUST 2025	17.00 Uhr

Unterkunft in Gemünd

BEGLEITUNG Georg Toporowsky, Pastoralreferent

„Die Natur sprach zu mir, indem sie sich als Stille präsentierte. Je stiller es wurde, desto mehr hörte ich... eine ohrenbetäubende Stille.“

(Erling Kagge)

Aufbrechen und danken

Wandern mit Leib und Seele im herbstlichen Nationalpark

AUFBRECHEN! Den Rucksack schnüren und sich aufmachen in die warme Farbenpracht des herbstlichen Waldes! Noch blüht es, doch die Natur kommt bald zur Ruhe und legt Samen und Knospen an für einen neuen Aufbruch! Zur Ruhe kommen, die Seele baumeln lassen und abschließen, um Neues beginnen zu können...

DANKEN! Der Herbst ist die Zeit des Dankens: Menschen werden sich bewusst, dass sie vieles geschenkt bekommen. Letztlich, dass sie sich jemandem verdanken.

An drei Tagen im frühen Herbst wollen wir den Alltag bewusst unterbrechen, unter freiem Himmel mit Leib und Seele in Bewegung sein, innehalten, die Natur und uns selbst wahrnehmen, uns zum Nachdenken und zum Austausch anregen lassen, Gemeinschaft erleben.

AUFBRECHEN:	FR 3. OKTOBER 2025	10.00 Uhr
ANKOMMEN:	SO 5. OKTOBER 2025	17.00 Uhr

Unterkunft in Heimbach

BEGLEITUNG Georg Toporowsky, Pastoralreferent

spirituelle **TAGESWANDERUNG**

Aufbrechen und den Morgen genießen

Eine Verabredung mit dem Sonnenaufgang

In der Morgenstille das Erwachen des Tages erleben, die Sonne über dem Kermeter aufgehen sehen und den atemberaubenden Blick über den Urftsee genießen. Wenn die Nebel noch in den Bäumen hängen, sich aufmachen in den neuen Tag. Denn: der Tag wartet auf uns.

Wir wollen gemeinsam wandern, zur Ruhe kommen und Kraft tanken für den Alltag.

SO 6. APRIL 2025

6.30 bis ca. 10.30 Uhr

Start und Ziel: Parkplatz Walberhof
Streckenlänge: ca. 9 km

BEGLEITUNG Melanie Meyer



spirituelle **TAGESWANDERUNG**

Aufbrechen und gut leben

Unsere Verbundenheit mit der Schöpfung erfahren

Es ist der Wunsch vieler Menschen „gut zu leben“ und sich wohlfühlen. Aber was heißt das? Und wie können wir dies für uns erreichen?

Auf der Tageswanderung über die schöne Dreiborner Hochfläche und durch den angrenzenden Wald erfahren die Teilnehmenden was hierfür ganz entscheidend ist und wie wir einfache Hilfen in unseren Alltag einbauen. Außerdem erleben wir die Natur als unsere Lehrmeisterin und wesentliche Unterstützerin. Unsere Verbundenheit mit der Schöpfung wird durch Impulse und Übungen vertieft und belebt. Der Austausch in der Gemeinschaft dieses Tages bestärkt und ermutigt uns dabei. Ein Tag der uns neuen Aufwind gibt.

SA 24. MAI 2025

10.00 bis ca. 16.30 Uhr

Start und Ziel: Parkplatz Dreiborner Hochfläche
Streckenlänge: ca. 12 km

BEGLEITUNG Ronald Weber

spirituelle **TAGESWANDERUNG**

Aufbrechen und Kraft schöpfen

Die eigene Resilienz stärken

Die Welt, in der wir leben, scheint aus den Fugen geraten zu sein. Kriege, Klimawandel, Inflation, Pandemie, Vertreibung, Flucht, Ungerechtigkeit, Misstrauen... Dies alles macht vielen zunehmend Angst. Und dazu kommen oftmals ja auch noch die eigenen Herausforderungen und Zwänge.

Es braucht Kraft und Resilienz, dem etwas entgegenzustellen. Dieser Tag im Nationalpark Eifel soll eine Kraftquelle sein. Sie kommen zur Ruhe, haben Zeit für sich, erfahren Gemeinschaft und heilsame Begegnungen in und mit der Natur. Spirituelle und naturbezogene Impulse laden zum Nachdenken und Austausch ein und lassen Kraft für das eigene Leben schöpfen.

SO 13. JULI 2025

10.00 bis ca. 16.30 Uhr

SO 09. NOVEMBER 2025

10.00 bis ca. 16.30 Uhr

Start und Ziel: Nationalparkseelsorge, Vogelsang 86a

Streckenlänge: ca. 13 km

BEGLEITUNG Frank Rost



spirituelle **TAGESWANDERUNG**

Aufbrechen mit Leib und Seele

Schöpfungsexerzitien

Schöpfungsexerzitien bieten eine Auszeit: Was bewegt mich? Wohin zieht es mich? Was spricht mich an? Wir gehen auf Spurensuche, im Herzen des Waldes. Offen für Begegnungen, Schweigen, Unerwartetes, für Banales und Besonderes. Offen für das Heilige, was mittendrin ist in dem, was unser Leben ausmacht. Denn: „Die Welt ist der Körper Gottes“ (Sallie McFague). Mitten in der Natur mein Herz weit werden zu lassen, ist der tiefste Sinn der Schöpfungsexerzitien.

Unsere Erfahrungen bringen wir ein und können sie in kleinen Gruppen für uns deuten. Im Hinhören und der respektvollen Resonanz begleiten und ermutigen wir uns gegenseitig. Es geht um eine gemeinsame Suche nach dem Ort, an dem Gott anspricht, ein Spüren nach den Anregungen der Geistkraft. Vorerfahrungen sind nicht erforderlich.

SO 7. SEPTEMBER 2025

10.00 bis 16.30 Uhr

Start und Ziel: Morsbacher Hof
Streckenlänge: ca. 6 km

BEGLEITUNG Georg Toporowsky

Aufbrechen und ankommen – Tageswanderung im Advent

Im Trubel der Vorweihnachtszeit zur Ruhe kommen,
dem Stern folgen, Ausblicke wagen

AUFBRECHEN! Den Rucksack schnüren und sich aufmachen in die winterliche Natur des Nationalparks. Advent und Weihnachten in den Blick nehmen, sich auf den Weg machen.

ANKOMMEN! Zur Ruhe kommen, die Seele baumeln lassen, bei sich selber ankommen. Zeit haben, sein Ziel in den Blick nehmen, seinem Stern folgen. Gott im eigenen Leben ankommen lassen.

Am zweiten Adventssonntag wollen wir den Alltag bewusst unterbrechen, unter freiem Himmel mit Leib und Seele in Bewegung sein, innehalten, die Natur und uns selbst wahrnehmen, uns zum Nachdenken und zum Austausch anregen lassen, Gemeinschaft erleben.

Die Wanderung schließt am Nachmittag mit der Möglichkeit zu adventlichem Kaffee und Kuchen.

SO 07. DEZEMBER 2025

10.00 bis 16.30 Uhr

Start und Ziel: Nationalparkseelsorge, Vogelsang 86a
Streckenlänge: ca. 12 km

BEGLEITUNG Frank Rost und Georg Toporowsky

Mit Blick zum Tier

Spezielle Wanderungen zum Thema Tierethik –
gerne auch mit Hund!

Tiere sind unsere Mitgeschöpfe. Als Menschen haben wir die Aufgabe, gut für sie zu sorgen. Unsere Veranstaltungen greifen die Frage auf, wie wir Menschen mit Tieren umgehen sollen und wollen. Eine christlich begründete Tierethik möchte den Blick des Menschen zum Tier hin öffnen.

Gemeinsam möchten wir auf die Suche nach Antworten auf Fragen gehen: Welchen moralischen Status geben wir Tieren? Dürfen wir um Tiere trauern? Was ist das Besondere in einer Beziehung zum Tierfreund?

Pastoralreferentin Helena Fothen bietet verschiedene Tagesveranstaltungen zum Thema Tierethik an.

Leitung, Information und Anmeldung:

Helena Fothen

Pastoralreferentin (MagTheol) | Tierethikerin (MA)

Telefon: 02461 620 5597

info@nationalparkseelsorge.de



Mein Tierfreund ist verstorben

Dieses Seminar möchte Sie in Ihrer Trauer um einen verstorbenen Tierfreund, ob Hund, Pferd Katze, Hase oder eine andere Tierart, begleiten.

Um das seelische, psychische und körperliche Wohl zu bewahren, soll dieser Tag dem Abschied und der Erinnerung um einen verstorbenen Tierfreund Zeit und Ort geben. Dem Tierfreund selbst und der Beziehung zu ihm schenken wir einen großen Wert.

Im Nationalpark erleben wir in der Natürlichkeit die Weggemeinschaft von Mensch und Tier.

SO 18. MAI 2025

10.00 bis 17.00 Uhr

SO 16. NOVEMBER 2025

10.00 bis 17.00 Uhr

„Mit dem Hund unterwegs“

Das Miteinander von Mensch und Tier

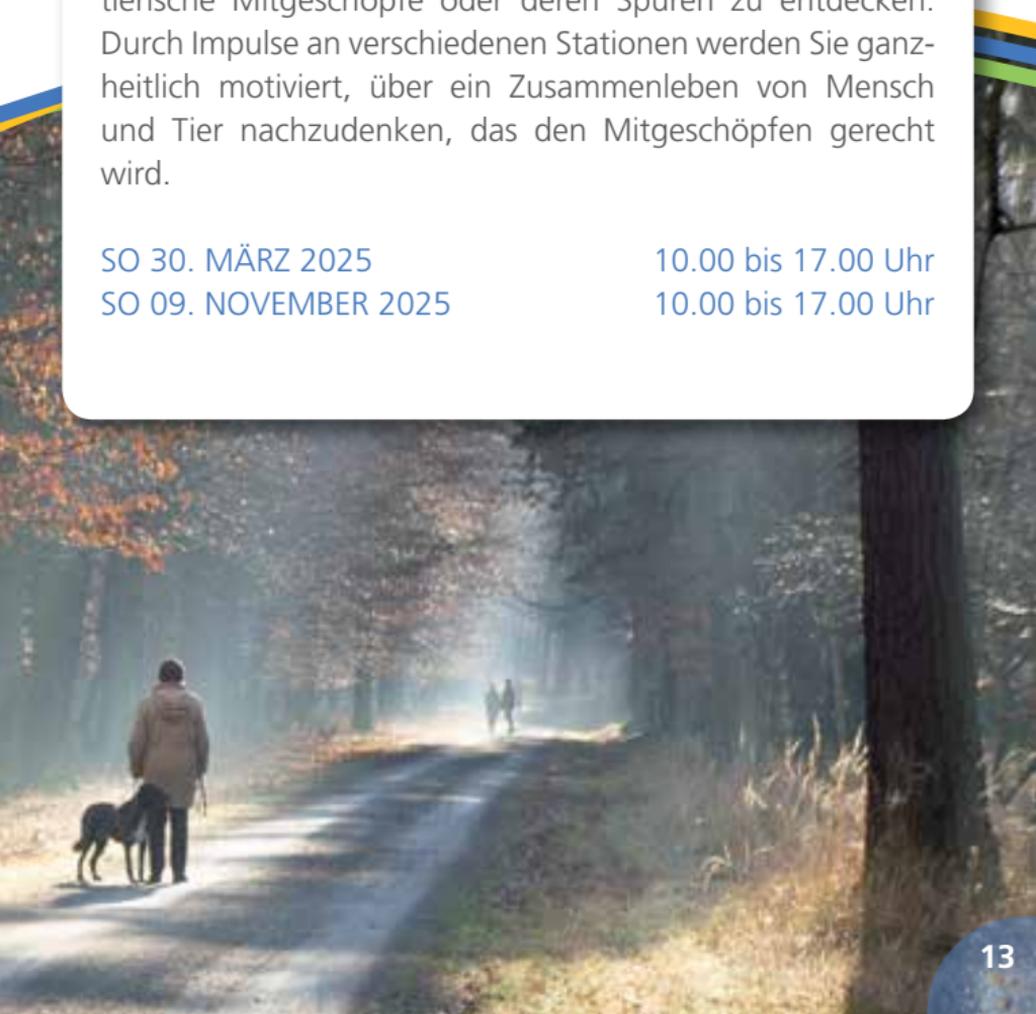
Bei einer etwa 10 km langen Wanderungen setzen wir auf dem Weg durch Wald und Wiesen unsere Sinne ein, um tierische Mitgeschöpfe oder deren Spuren zu entdecken. Durch Impulse an verschiedenen Stationen werden Sie ganzheitlich motiviert, über ein Zusammenleben von Mensch und Tier nachzudenken, das den Mitgeschöpfen gerecht wird.

SO 30. MÄRZ 2025

10.00 bis 17.00 Uhr

SO 09. NOVEMBER 2025

10.00 bis 17.00 Uhr



Seelsorge in Nationalpark Eifel + Vogelsang

eine Einrichtung des Bistums Aachen

Vogelsang 86a · 53937 Schleiden

Telefon: 02444 575 99 87

info@nationalparkseelsorge.de

www.nationalparkseelsorge.de

 nationalparkseelsorge



Information & Anmeldung:

Georg Toporowsky

georg.toporowsky@bistum-aachen.de

Christiane Jansen

christiane.jansen@nationalparkseelsorge.de

Telefon: 02444 575 99 87

Konzeption und Gestaltung:

Marike Lotz-Colditz

grafik@marikelotz.de

Druck

Als Beitrag zur Bewahrung der Schöpfung wurde

dieser Flyer von der dieUmweltDruckerei GmbH

klimaneutral und mit Ökostrom mit veganen

Bio-Farben auf 100% recyceltem Papier gedruckt.

www.dieumweltdruckerei.de



Seelsorge

Nationalpark Eifel + Vogelsang