

# Tagesübersicht unserer Angebote

Die kleinen Symbole geben Ihnen eine schnelle, thematische Übersicht, um welche Art von Angebot es sich in dieser Zeile handelt.



Während der Ruhezeiten 22:00 - 06:00 Uhr und 13:00 - 15:00 Uhr bitten wir um besondere Rücksichtnahme bei Unterhaltungen auf den Fluren



**Frühstück**  
08:00 - 10:00 h



Sollten Sie Ihr Mobiltelefon nicht ganz abschalten können, bitten wir Sie höflich, das Telefonieren in allen öffentlichen Bereichen des Hauses zu vermeiden.



**Mittagessen**  
12:00 - 13:30 h



**Abendessen**  
18:00 - 19:30 h

Uhrzeit	Thema	Sonntag	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
06:30			<b>Laudes</b> Ort: Mutterhauskirche		<b>Laudes</b> Ort: Mutterhauskirche		<b>Laudes</b> Ort: Mutterhauskirche	<b>Laudes</b> Ort: Mutterhauskirche
07:00	 	<b>Laudes</b> Ort: Schwesternchor	<b>Eucharistiefeier</b> Ort: Mutterhauskirche  <b>Tautreten</b> anschl. 2 Runden Gehen im Park und Gymnastik <b>Treffen im Foyer</b> (bei Regen alternatives Angebot)	<b>Tautreten</b> anschl. 2 Runden Gehen im Park und Gymnastik <b>Treffen im Foyer</b> (bei Regen alternatives Angebot)	<b>Eucharistiefeier</b> Ort: Mutterhauskirche  <b>Tautreten</b> anschl. 2 Runden Gehen im Park und Gymnastik <b>Treffen im Foyer</b> (bei Regen alternatives Angebot)	<b>Laudes</b> Ort: Schwesternchor  <b>Tautreten</b> anschl. 2 Runden Gehen im Park und Gymnastik <b>Treffen im Foyer</b> (bei Regen alternatives Angebot)	<b>Eucharistiefeier</b> Ort: Mutterhauskirche  <b>Tautreten</b> anschl. 2 Runden Gehen im Park und Gymnastik <b>Treffen im Foyer</b> (bei Regen alternatives Angebot)	<b>Eucharistiefeier</b> Ort: Mutterhauskirche  <b>Tautreten</b> anschl. 2 Runden Gehen im Park und Gymnastik <b>Treffen im Foyer</b> (bei Regen alternatives Angebot)
08:15			<b>Impuls in den Tag</b> (25 Min.) Ort: Gästekapelle	<b>Impuls in den Tag</b> (25 Min.) Ort: Gästekapelle	<b>Impuls in den Tag</b> (25 Min.) Ort: Gästekapelle	<b>Impuls in den Tag</b> (25 Min.) Ort: Gästekapelle	<b>Impuls in den Tag</b> (25 Min.) Ort: Gästekapelle	<b>Impuls in den Tag</b> (25 Min.) Ort: Gästekapelle
09:30		<b>Eucharistiefeier</b> Ort: Mutterhauskirche						
10:00					<b>Was uns bewegt</b> Ort: Siehe Infotafel / Display	<b>Gesprächskreis</b> Ort: Siehe Infotafel / Display		
11:00	 	<b>Musik</b> in der Gästekapelle	<b>Musik</b> in der Gästekapelle	<b>Musik</b> in der Gästekapelle	<b>Musik</b> in der Gästekapelle	<b>Musik</b> in der Gästekapelle	<b>Musik</b> in der Gästekapelle	<b>Musik</b> in der Gästekapelle
11:30	 	<b>Mittagshore</b> Ort: Schwesternchor	<b>Mittagshore</b> Ort: Schwesternchor	<b>Mittagshore</b> Ort: Schwesternchor  <b>Einführung in die Meditation</b> (30 Min.), Ort: Meditationsraum	<b>Mittagshore</b> Ort: Schwesternchor	<b>Mittagshore</b> Ort: Schwesternchor	<b>Mittagshore</b> Ort: Schwesternchor	<b>Mittagshore</b> Ort: Schwesternchor
12:00			<b>Meditation</b> (30 Min.) Ort: Meditationsraum	<b>Meditation</b> (30 Min.) Ort: Meditationsraum	<b>Meditation</b> (30 Min.) Ort: Meditationsraum	<b>Meditation</b> (30 Min.) Ort: Meditationsraum	<b>Meditation</b> (30 Min.) Ort: Meditationsraum	<b>Meditation</b> (30 Min.) Ort: Meditationsraum
13:00								
14:45			<b>Entspannung</b> (60 Min.) Ort: Gymnastikhalle (bitte Voranmeldung*)	<b>Entspannung</b> (60 Min.) Ort: Gymnastikhalle (bitte Voranmeldung*)	<b>Entspannung</b> (60 Min.) Ort: Gymnastikhalle (bitte Voranmeldung*)	<b>Entspannung</b> (60 Min.) Ort: Gymnastikhalle (bitte Voranmeldung*)	<b>Entspannung</b> (60 Min.) Ort: Gymnastikhalle (bitte Voranmeldung*)	
17:30		<b>Vesper</b> Ort: Mutterhauskirche	<b>Rosenkranz</b> Ort: Schwesternchor	<b>Eucharistiefeier</b> Ort: Mutterhauskirche	<b>Rosenkranz</b> Ort: Schwesternchor	<b>Eucharistiefeier</b> Ort: Mutterhauskirche	<b>Rosenkranz</b> Ort: Schwesternchor (nicht am 1. Freitag des Monats)	<b>Rosenkranz</b> Ort: Schwesternchor
18:00			<b>Vesper</b> Ort: Schwesternchor		<b>Vesper</b> Ort: Schwesternchor		<b>Vesper</b> Ort: Schwesternchor	<b>Vesper</b> Ort: Schwesternchor
19:45		<b>Musik</b> in der Gästekapelle (keine Livemusik)	<b>Musik</b> in der Gästekapelle (keine Livemusik)	<b>Musik</b> in der Gästekapelle (keine Livemusik)	<b>Musik</b> in der Gästekapelle (keine Livemusik)	<b>Musik</b> in der Gästekapelle (keine Livemusik)	<b>Musik</b> in der Gästekapelle (keine Livemusik)	<b>Musik</b> in der Gästekapelle (keine Livemusik)
20:00					<b>Klosterforum</b> Ort / Thema: Siehe Infotafel			
21:15				<b>Impuls in die Nacht</b> Ort: Gästekapelle		<b>Impuls in die Nacht</b> Ort: Gästekapelle		

\*kostenpflichtig, Anmeldung am Empfang oder Mo. - Fr. 09:00 - 12:30 Uhr am Empfang Vitalzentrum

# Herzlich Willkommen!

Liebe Gäste,

von Herzen freuen wir uns, Sie in Kloster Arenberg begrüßen zu dürfen. Wir möchten Ihnen mit diesem Informationsblatt einen kleinen Wegweiser an die Hand geben, an dem Sie sich stets orientieren können. Er gibt einen Überblick über die Angebote, Veranstaltungen und Öffnungszeiten unserer Einrichtungen im Kloster. Auf der Rückseite sehen Sie eine kompakte Wochenübersicht mit unseren verschiedenen Tagesangeboten. Fühlen Sie sich frei das zu tun, wonach Ihnen gerade ist.

Wir wünschen Ihnen einen schönen Aufenthalt!

## Angebote ° Veranstaltungen ° Öffnungszeiten:

### Mahlzeiten, Speisen & Getränke:

**Frühstück** 08:00 - 10:00 Uhr

**Mittagessen** 12:00 - 13:30 Uhr

**Abendessen** 18:00 - 19:30 Uhr

Hinweis: Im kleinen Speisesaal können Sie die Mahlzeiten schweigend verkosten.

Wir bitten Sie höflich, keine Speisen, kein Geschirr und keine Teekannen mit auf Ihr Zimmer zu nehmen.  
Herzlichen Dank!

**Klostercafé** täglich geöffnet  
von 14:30 - 17:00 Uhr  
frischer Kaffee, Kuchen und Waffeln oder Eis (je nach Jahreszeit), rund um die Uhr Kaffee und Teewasser am Automat

**Klosterkeller** ganztägig geöffnet zum gemütlichen Beisammensein.  
Hier finden Sie eine Auswahl an Getränken & Süßigkeiten

Hinweis: Bitte bringen Sie alle leeren Flaschen und Gläser in den Klosterkeller zurück.  
Herzlichen Dank!

### Wohlfühlen & Fitness:

**Schwimmbad,** täglich geöffnet

**Sauna,** Beachten Sie dazu bitte auch die  
**Infrarot,** Aushänge an der  
**Fitnessraum,** Infotafel

**Tret-/Armbecken,**

**Toberaum**

**Vitalzentrum** geöffnet Mo. - Sa.  
(Massagen, Bäder, Physiotherapie, Fußpflege, Kneippsche Anwendungen)  
Beachten Sie dazu bitte auch die Aushänge an der Infotafel

### Gespräche & Seelsorge:

Gesprächsbegleitung ist auf Wunsch möglich mit:

Dr. Martin Hofmeir	Durchwahl - 2021
Elisabeth Zenner	Durchwahl - 2175
Schwester M. Ursula	Durchwahl - 2275
Kaplan Michael Toth	Durchwahl - 2006

### Haben Sie Fragen?

Zögern Sie nicht, unsere Mitarbeiterinnen vom Empfang persönlich oder telefonisch anzusprechen.  
Per Telefon wählen Sie die Nummer 2051 (hausintern).

### So können Sie von außen angerufen werden:

0261 / 6401 2 und dann Ihre Zimmernummer

### Allgemeine Öffnungszeiten:

**Bibliothek** Beachten Sie dazu bitte auch die Aushänge an der Infotafel beachten)

<b>Klosterladen</b> (Bitte Aushänge an der Infotafel beachten)	Mo. - Sa.	09:00 - 11:00	Uhr
	Di., Do., Fr.	15:00 - 17:00	Uhr
	So.	10:30 - 11:15	Uhr

**Kreativraum** Für aktuelle Angebote beachten Sie bitte die Aushänge an der Infotafel

**Josefshof** (Stiller Bereich) täglich geöffnet  
08:00 - 20:00 Uhr

### Eine kleine Bitte zum Schluss:

Bitte geben Sie am Abreisetag das Zimmer bis 10:00 Uhr, sonntags bis 11:00 Uhr, frei.

Herzlichen Dank, eine gute Heimreise und auf ein Wiedersehen in Kloster Arenberg!