



Gemeinsam hörend,
gemeinsam sprechend

”Vor allem: wenn du etwas
Gutes beginnst, bestürme
ihn beharrlich im Gebet, er
möge es vollenden“

Aus der Benediktus-
regel, Prolog



Brühler Str. 74
50968 Köln
0221 937067-0
kloster@benediktinerinnen-koeln.de
www.benediktinerinnen-koeln.de

Spendenkonto:
IBAN: DE87 3706 0193 0017 6720 53



Christliche Life-Balance

Anregungen aus der Benediktusregel



Gemeinsam hörend,
gemeinsam sprechend

”Vor allem: wenn du etwas
Gutes beginnst, bestürme
ihn beharrlich im Gebet, er
möge es vollenden“

Aus der Benediktus-
regel, Prolog



Brühler Str. 74
50968 Köln
0221 937067-0
kloster@benediktinerinnen-koeln.de
www.benediktinerinnen-koeln.de

Spendenkonto:
IBAN: DE87 3706 0193 0017 6720 53



Christliche Life-Balance

Anregungen aus der Benediktusregel

„Work-Life-Balance“ ist ein viel diskutiertes Thema – mit vielfältigen Lösungsansätzen. Welche christlichen helfen uns, achtsam und nachhaltig mit unseren Ressourcen umzugehen? Schwester Maria, Benediktinerin aus Köln, zeigt: Stress und hohe Anforderungen sind keine Erfindung des digitalen Zeitalters. Schon seit Jahrhunderten bietet das klösterliche Leben wertvolle Weisheiten für ein ausgewogenes Kräfteverhältnis. Freuen Sie sich auf spirituelle Impulse und praktische Tipps – für Ihren Alltag, privat wie beruflich.

Weiteres:

Parkmöglichkeiten stehen Ihnen kostenlos zur Verfügung.

„Work-Life-Balance“ ist ein viel diskutiertes Thema – mit vielfältigen Lösungsansätzen. Welche christlichen helfen uns, achtsam und nachhaltig mit unseren Ressourcen umzugehen? Schwester Maria, Benediktinerin aus Köln, zeigt: Stress und hohe Anforderungen sind keine Erfindung des digitalen Zeitalters. Schon seit Jahrhunderten bietet das klösterliche Leben wertvolle Weisheiten für ein ausgewogenes Kräfteverhältnis. Freuen Sie sich auf spirituelle Impulse und praktische Tipps – für Ihren Alltag, privat wie beruflich.

Weiteres:

Parkmöglichkeiten stehen Ihnen kostenlos zur Verfügung.

Wann: Fr. 05.06.2026, 18:00–20:15 Uhr

Wo: Kloster der Benediktinerinnen Köln

Leitung: Schwester Maria Hlupic OSB

Kosten: 10 € pro Person

Anmeldung und Informationen:

Schwester Maria, 0221 937067-0,
sr.maria@benediktinerinnen-koeln.de

Wann: Fr. 05.06.2026, 18:00–20:15 Uhr

Wo: Kloster der Benediktinerinnen Köln

Leitung: Schwester Maria Hlupic OSB

Kosten: 10 € pro Person

Anmeldung und Informationen:

Schwester Maria, 0221 937067-0,
sr.maria@benediktinerinnen-koeln.de