Falls Du eine Auszeit brauchst

Wie möchtest Du angesprochen werden?

Wie alt bist Du?

Wie lange bist Du schon aktivistisch tätig? Und wo?

Was beschäftigt Dich gerade? Was geht Dir gerade durch den Kopf? Eines oder mehreres kann angekreuzt werden

* Ich habe keine Kraft mehr
* Andere können das besser.
* Ich kann nichts bewirken.
* Meine ursprüngliche Motivation trägt mich nicht mehr
* Angst und Sorge lähmen mich zunehmend
* Nichts von alledem. Ich brauche nur ein paar Tage Ruhe (wäre nicht unbedingt Ausschlusskriterium)
* Sonstiges:

Was erhoffst Du Dir von einer Auszeit?

Hast Du schon Erfahrungen mit solchen individuellen Auszeiten? Wie lange möchtest Du kommen und welche Wünsche und Erwartungen hast Du an uns und unser Haus?

# Infos:

Du kannst bei uns zwischen 3-10 Tage mitleben, erhältst ein Einzelzimmer, einen Hausschlüssel und kannst kommen und gehen, wann Du willst. [Haus und Garten](https://www.joergalt.de/advocacy/sozialoekologischetransformation.html) stehen Dir offen.

Du bist eingeladen, an unseren Mahlzeiten und anderen Angeboten der Hausgemeinschaft teilzunehmen. Du bist aber auch frei, zu den Mahlzeiten separat und im Schweigen zu essen. Was die Mahlzeiten betrifft: Wir essen Mittags ab und zu auch Fleisch, ansonsten vegetarisch. Falls vegane Dinge benötigt werden: bitte selbst mitbringen.

Wenn Du möchtest, steht Dir jemand für Gespräche zur Verfügung, ebenso kann Dir jemand Tipps für Übungen oder Lektüre geben, falls Du mal nicht weiter weißt.

Das Angebot richtet sich nach der Verfügbarkeit, da bei uns im Haus auch Geflüchtete z.T. im Kirchenasyl wohnen und immer wieder Kurse stattfinden. Über eine Spende für unsere Betriebskosten freuen wir uns, das ist aber keine Bedingung fürs Kommen.

Falls Du Dir unsicher bist: Gerne können wir vorab einmal digital miteinander sprechen. Um einen Termin zu finden schreib dazu bitte an [alt@jesuitenweltweit.de](mailto:alt@jesuitenweltweit.de)