



## Hinweise zur Förderung von Exerzitien

Exerzitien eröffnen Räume und Zeiten für das geistliche Wachsen eines Menschen zu einer immer tieferen persönlichen Gottverbundenheit. Auf jede Frau, jeden Mann neu aktuell ausgerichtet, orientieren sich Exerzitien an der Heiligen Schrift und der geistlichen Tradition der lebendigen Kirche. Exerzitien finden im Verbund von mindestens 3 Tagen unter qualifizierter Begleitung und Gestaltung an besonderen Orten statt.

Grundelemente sind schweigend meditierendes persönliches Beten, geistliche Betrachtung von Heiliger Schrift und geistlicher Tradition der Kirche, Mitfeier der Sakramente der Kirche und vertieftes Leben aus ihnen, bewusstes Wahrnehmen des eigenen Leibes als „Tempel Gottes“, Begleitung durch Einzelgespräche und/oder geistlichen Austausch in der Exerzitiengruppe, Begehen der inneren Prozesse in der jeweils vorgefundenen ländlichen oder städtischen Landschaft.

Das Erzbistum unterstützt und fördert die Teilnahme an Exerzitien und gewährt den beim Erzbistum angestellten Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern eine Freistellung von bis zu 5 Tagen pro Kalenderjahr, sofern die dienstlichen und betrieblichen Verhältnisse dies zulassen. Die Teilnahme an Exerzitien ist mit dem Dienstvorgesetzten abzusprechen. Soweit Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter an Schulen oder Betreuungseinrichtungen tätig sind, wird die Freistellung in der Regel nur außerhalb der Unterrichts- bzw. Betreuungszeit gewährt.

Genehmigte Exerzitien sind dienstliche Veranstaltungen. Teilnehmerinnen und Teilnehmer unterliegen daher dem üblichen Versicherungsschutz.

Darüber hinaus erhalten Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Erzbistums für die Teilnahme an Exerzitien im Rahmen der zur Verfügung stehenden Haushaltsmittel einen Zuschuss in Höhe von 75 % der Veranstaltungskosten und von 100 % der erforderlichen Reisekosten entsprechend der RKO des Erzbistums Hamburg. Der Zuschuss ist auf 50 Euro je Exerzitientag begrenzt. Der maximale Erstattungsbetrag beträgt 250 Euro pro Jahr.

Bei Exerzitien für Diakone und pastorale Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter mit ihren Ehepartnerinnen und -partnern können die Aufwendungen für die Teilnahme der Partnerin/des Partners geltend gemacht werden, der maximale Erstattungsbetrag erhöht sich auf 380 Euro.

Das Formular für die Beantragung von Exerzitien und den Erstattungsantrag finden Sie unter [https://www.erzbistum-hamburg.de/?we\\_objectID=5740](https://www.erzbistum-hamburg.de/?we_objectID=5740).

Ihren ausgefüllten Exerzitienantrag schicken Sie bitte bevorzugt per E-Mail an [pastorale.fortbildung@erzbistum-hamburg.de](mailto:pastorale.fortbildung@erzbistum-hamburg.de).

Alternativ schicken Sie ihn bitte per Fax oder postalisch an das Referat Personalentwicklung und Fortbildung (z. Hd. Frau Geesmann-Schütt).

### Ihr Ansprechpartner für Rückfragen zu Exerzitien:

Erzbistum Hamburg, Abteilung Personal,  
Referat Personalentwicklung und Fortbildung  
Herr Dr. Andree Burke  
Am Mariendom 4  
20099 Hamburg  
Tel. (040) 248 77-194  
Fax (040) 248 77-344  
[burke@erzbistum-hamburg.de](mailto:burke@erzbistum-hamburg.de)