



Pressemitteilung

Elisabeth Perković
Referentin
Medien-/Öffentlichkeitsarbeit

Königstraße 7
70173 Stuttgart

T 0711 70 50-316
F 0711 70 50-301

elisabeth.perkovic@drs.de
kath-kirche-stuttgart.de

Stuttgart, 04.02.2026

Fünf Abende für Achtsamkeit und neue Perspektiven

Online-Fastenkurs „Raum gewinnen“ des Spirituellen Zentrums station s ab 26. Februar

Die Fastenzeit bietet die Chance, innezuhalten und sich neu auszurichten. Das Spirituelle Zentrum station s der Katholischen Kirche in Stuttgart lädt zu einem Online-Fastenkurs ein, der dabei unterstützt, bewusst Raum zu schaffen – für sich selbst, für andere und für das, was über uns hinausweist. Eine Anmeldung ist bis zum 16. Februar 2026 möglich.

An fünf Abenden kommen die Teilnehmenden online zusammen, um gemeinsam zu reflektieren und neue Perspektiven zu entdecken. Jeder Termin steht unter einem eigenen Motto und öffnet ein besonderes Erfahrungsfeld: FreiRaum – SpielRaum – WeltRaum – KraftRaum; der letzte Abend bildet den Abschluss. Die Treffen sind Zeiten gemeinsamer Reflexion mit Impulsen, inspirierenden Zitaten, Geschichten und Betrachtungen. Anregungen und Übungen helfen, dem jeweiligen Thema nachzuspüren.

Neben Zeiten des Zuhörens und Nachdenkens gibt es in einer offenen und wertschätzenden Atmosphäre Raum für Austausch in Kleingruppen. Für die Zeit zwischen den Treffen erhalten die Teilnehmenden begleitendes Material.

Die Online-Treffen finden jeweils donnerstags von 19.45 bis 21 Uhr statt. Die Termine sind am 26. Februar sowie am 5., 12., 19. und 26. März 2026. Durch den Kurs führen Kirstin Kruger-Weiß und Stefan Karbach, das Leitungsteam von station s. Die Teilnahme ist kostenfrei; um eine Spende wird gebeten. Interessierte können sich bis zum 16. Februar 2026 unter www.station-s.de anmelden.

