

STILLE BEWEGT – MIT YOGA, ATEM- ACHTSAMKEIT UND MEDITATION ✎ *

17 – 18 Uhr, c/o Praxis M. Niederberger
(Innere Margarethenstrasse 19), Susanne
Schwejdä, suschwejdä@gmx.ch, 076 596 72 92

CHILL OUT – MEDITATION FÜR JUNGE MENSCHEN

17 – 18.30 Uhr, Titus Kirche (Im tiefen Boden 75)
Harald Matern, harald.matern@erk-bs.ch

GEFÜHRTE «MEDITATION IN DIE ESSENZ» *

19 – 20 Uhr, Titus Kirche (Im tiefen Boden 75)
Mathias Fritzen, hello@mathiasfritzen.com

MEDITATION

19 – 20 Uhr, Kirche Liesberg Dorf (Bäumliweg
6, 4254 Liesberg), Gisela Schnell Kocher 078
951 09 13

ATMEN IM KLANG *

19 – 20.30 Uhr, Atelier Bollag (Gärtnerstrasse 50)
Tashina Viola, tashinaviola@gmail.com

KLIMAMEDITATIONSTREFF

20 Uhr, KUG (Herbergsgasse 7)
P. Martin Föhn SJ, martin.foehn@rkk-bs.ch

SAMSTAG 11. DEZEMBER

EIN SPIRITUELLES ABENTEUER: STRASSENEXERZITIEN

10 Uhr, KUG (Herbergsgasse 7)
P. Martin Föhn SJ, martin.foehn@rkk-bs.ch

ACHTSAMKEITSMEDITATION *

11 – 12 Uhr, Kapelle im Pfarrhaus der Offenen
Kirche Elisabethen (Elisabethenstrasse 10),
Monika Hungerbühler, monika.hungerbueh-
ler@oke-bs.ch, 079 550 12 12

ATEMpause: STILLE IM ALLTAG

15.45 – 16.30 Uhr, Kloster Dornach (Amthaus-
strasse 7, Dornach), Thomas Kyburz-Boutel-
lier, thomas.kyburz@kathbl.ch, 061 925 17 02

KLANGRAUM OHNE BETRIEBSSAMKEIT – MUSIKALISCHE MEDITATIONEN

16 – 17 Uhr, Antoniuskirche (Kannenfeldstras-
se 35), Matthias Wamser, matthias.wamser@
rkk-bs.ch, 078 712 49 88

QUITE & LIGHT

17.30 – 18.05 Uhr, St. Margarethenkirche
(St. Margarethen 6, 4102 Binningen), Gudrun
Sidonie Otto, gudrun.sidonie.otto@kgbb.ch

KLANG DER STILLE

19.30 – 20.45 Uhr, Paradieskirche Binningen
(Langegasse 60), Franziska Edelmann, 079
616 91 91, info@klang-therapie-praxis.ch, An-
drea Lassak, 061 421 58 80, andrea.lassak@
kgbb.ch

SONNTAG, 12. DEZEMBER

STILLE BEWEGT – MIT YOGA, ATEM- ACHTSAMKEIT UND MEDITATION ✎ *

10 – 11 Uhr, c/o Praxis M. Niederberger
(Innere Margarethenstrasse 19), Susanne
Schwejdä, suschwejdä@gmx.ch, 076 596 72 92

PILGERN IM BIRSTAL: STILLE IN DER NATUR

14 – 16 Uhr, Kirche St. Jakob (St. Jakobs-
Strasse 375), Thomas Kyburz-Boutellier,
thomas.kyburz@kathbl.ch, 061 925 17 02

«SCHLUSSAKKORD» – KERZENLABYRINTH

18 Uhr, Marktplatz, Monika Widmer Hodel,
Martin Föhn SJ, Walter Wilhelm

DHYANSE MEDITATION *

19 – 20 Uhr, Unternehmen Mitte (Gerbergasse
30), Dhyanse, Meditation & Spiritual Master,
077 500 97 22

TÄGLICHE VERANSTALTUNGEN

STILLES SITZEN IN DER OFFENEN KIRCHE ELISABETHEN

Montag – Samstag, 10 – 19 Uhr
Sonntag, 12 – 19 Uhr
Offene Kirche Elisabethen (Elisabe-
thenstrasse 14)
Monika Hungerbühler, monika.hun-
gerbuehler@oke-bs.ch, 079 550 12 12

CHRISTKATHOLISCHE PREDIGER- KIRCHE ALS ORT DER STILLE

Montag – Sonntag, 8 – 18 Uhr
Predigerkirche (Totentanz 19)

MÖGLICHKEIT ZUR STILLEN EUCHARISTISCHEN ANBETUNG

Montag – Samstag, 10 – 12 Uhr
Kirche St. Clara (Claraplatz 6)
Donatella Trifiletti, donatella.trifi@gmail.
com, 078 907 72 67

Bitte beachten Sie die aktuell geltenden Schutzregeln.

- ✎ Anmeldung erforderlich (Teilneh-
mer*innenzahl begrenzt)
- * CHF 10.- oder freiwilliger
Beitrag, je nach Veranstaltung

Eine Kooperation von



Mit freundlicher Unterstützung von



www.stille-in-basel.ch

STILLE in Basel

6. – 12.
Dezember 2021

So sollen die Menschen zu einem ver-
antwortungsvollen Umgang mit ihren
eigenen Ressourcen befähigt werden
und wieder lernen, ihre eigenen Be-
dürfnisse wahrzunehmen.
Ein wichtiger Schlüssel für eine
zufriedene, ausgeglichene Lebensfüh-
rung liegt im Bewusstsein der eigenen
Verantwortung für das tägliche Han-
deln. Dabei haben wir einerseits die
Verantwortung für uns selbst, ande-
rerseits die Verantwortung für unsere
Mitmenschen und unsere Umwelt.
Wir sind der Meinung, dass Stille ver-
bindet und Stille zu einem friedlichen
Miteinander und zu einem Dialog von
Personen verschiedener Glaubens-
richtungen beitragen kann.

Nach der letztjährigen, erstmaligen
Durchführung der Woche *Stille in
Basel – offline gehen*, bieten wir den
Menschen auch in diesem Dezember
wieder die Möglichkeit, sich in der
Hektik des Alltags eine kleine Auszeit
zu nehmen. In der Stille tanken wir
Kraft, um wieder zurück zur eigenen
Verantwortung und persönlichen Frei-
heit zu finden.
Gemeinsam mit Mitinitiant:innen
möchten wir verschiedene Angebote
der Stille (z.B. Meditation, Atem-
übungen, Yoga etc.) einem breiten
Publikum der Basler Bevölkerung
bekannt machen. Die Angebote sind
so verschieden wie die Gruppen, die
sie anbieten.

MONTAG, 6. DEZEMBER

AUFTAKT: FLASHMOB

7 Uhr, Bahnhof Basel (auf der Passerelle, Seite Ausgang Gundeldingen)
Monika Widmer Hodel, Monika Hungerbühler, 061 361 61 11

MEDITATION

9.30 – 10.30 Uhr, Kirche Bruder Klaus Liestal (Rheinstrasse 20b, Liestal), Erich Schlumpf, erich.schlumpf@bluwin.ch, 061 901 13 15

SCHENK DIR EINEN WÜSTENTAG – EIN TAG IN DER STILLE MIT BIBLISCHEN FRAUENFIGUREN

10 – 15.30 Uhr, Katharina-Werk (Neubadstrasse 95), Sylvia Laumen, s.laumen@katharina-werk.org, 078 919 11 23

STILLE BEWEGT – MIT YOGA, ATEM-ACHTSAMKEIT UND MEDITATION

12 – 13 Uhr, c/o Praxis M. Niederberger (Innere Margarethenstrasse 19), Susanne Schwejda, suschwejda@gmx.ch, 076 596 72 92

EINFÜHRUNG IN DIE KONTEMPLATION

12.15 – 12.45 Uhr, Predigerkirche (Totentanz 19), Michael Bangert/Valeria Hengartner, michael.bangert@cck-bs.ch

GEFÜHRTE MEDITATION IN DIE STILLE

12.15 – 13 Uhr, Zentrum für Achtsamkeit (Schlüsselberg 4), Martha Schwarze, sekretariat@zentrum-fur-achtsamkeit.ch

MEDITATION – ENTSPANNUNG UND KONZENTRATION

12.15 – 12.45 Uhr, Kapelle KUG (Herbergsgasse 7), Andreas Schalbetter SJ, andreas.schalbetter@unibas.ch, 061 264 63 07

KURZE HINFÜHRUNG IN DIE STILLE

16 – 17 Uhr, Kapelle Universitätsspital Basel (Petersgraben 4), Valeria Hengartner, valeria.hengartner@usb.ch

MAHNSCHWEIGEN DER FRAUEN FÜR DEN FRIEDEN

18 – 18.30 Uhr, Marktplatz (Brunnen vor Swisscom), Suzanne Schwarz, 044 945 07 25, sekretariat@frauenfuerdenfrieden.ch

LICHTVESPER

18 – 18.30 Uhr, Predigerkirche (Totentanz 19), Michael Bangert, michael.bangert@cck-bs.ch

KONTEMPLATION VIA INTEGRALIS – SITZEN IN STILLE

18 – 19 Uhr, Kapelle im Pfarrhaus der Offenen Kirche Elisabethen (Elisabethenstrasse 10), Monika Hungerbühler, monika.hungerbuehler@oke-bs.ch, 079 550 12 12

WORK-IN

18 – 19 Uhr, Resilienz Zentrum Schweiz (Aeschengraben 16), Antoinette Wenk, aw@resilienz-zentrum-schweiz.ch

GEBET FÜR DIE WELT

19 Uhr, Katharina-Werk (Neubadstrasse 95), Sylvia Laumen, s.laumen@katharina-werk.org, 078 919 11 23

MEDITATION MIT EINFÜHRUNG

19 – 19.45 Uhr, Reformierte Kirche Pratteln (Schauenburgerstrasse 3), Jenny May Jenni-Neuburger, jennymay.jenni@ref-pratteln-augst.ch

MEDITATION AM MONTAG

19.30 – 20.45 Uhr, Paradieskirche Binningen (Langegasse 60), Andrea Lassak, 061 421 58 80, andrea.lassak@kgbb.ch

DIENSTAG, 7. DEZEMBER

MEDITATION MIT BIBELSTELLE

7.30 – 8 Uhr, Kapelle KUG (Herbergsgasse 7), Andreas Schalbetter SJ, andreas.schalbetter@unibas.ch, 061 264 63 07

EINFÜHRUNG IN DIE KONTEMPLATION

12.15 – 12.45 Uhr, Predigerkirche (Totentanz 19), Michael Bangert/Valeria Hengartner, michael.bangert@cck-bs.ch

MUSIKALISCHE MITTAGSMESSE

12.15 Uhr, Kirche St. Marien (Holbeinstrasse 28), Stefan Kemmler, pfarrei@stmarien-basel.ch, 061 272 60 33

INNEHALTEN ÜBER MITTAG

12.15 – 12.45 Uhr, Kirche Heiliggeist (Thiersteinallee 51), Katrin Schulze, katrin.schulze@offline-basel.ch

GEFÜHRTE MEDITATION IN DIE STILLE

12.15 – 13 Uhr, Zentrum für Achtsamkeit (Schlüsselberg 4), Regula Saner, sekretariat@zentrum-fur-achtsamkeit.ch

zazen – sitzen in stille

12.15 – 12.45 Uhr, Offene Kirche Elisabethen (Elisabethenstrasse 14), Monika Hungerbühler, monika.hungerbuehler@oke-bs.ch, 079 550 12 12

KURZE HINFÜHRUNG IN DIE STILLE

16 – 17 Uhr, Kapelle Universitätsspital Basel (Petersgraben 4), Valeria Hengartner, valeria.hengartner@usb.ch

QUITE & LIGHT

17.30 – 18.05 Uhr, St. Margarethenkirche (St. Margarethen 6, 4102 Binningen), Gudrun Sidonie Otto, gudrun.sidonie.otto@kgbb.ch

ABENDGOTTESDIENST

18 Uhr, Bruder Klaus Kirche (Bruderholzallee 140), Katrin Schulze, katrin.schulze@offline-basel.ch

LICHTVESPER

18 – 18.30 Uhr, Predigerkirche (Totentanz 19), Michael Bangert, michael.bangert@cck-bs.ch

MEDITATION

18 – 19 Uhr, Kirche Bruder Klaus Liestal (Rheinstrasse 20b, Liestal), Erich Schlumpf, erich.schlumpf@bluwin.ch, 061 901 13 15

MITTWOCH 8. DEZEMBER

RORATE-GOTTESDIENST

6.15 Uhr, Kirche St. Marien (Holbeinstrasse 28), Stefan Kemmler, pfarrei@stmarien-basel.ch, 061 272 60 33

MEDITATION

8.15 – 9.15 Uhr, ref. Kirche Laufen (Schutzrain 7, 4242 Laufen), Sabina Bloch, 079 343 36 27

EINFÜHRUNG IN DIE KONTEMPLATION

12.15 – 12.45 Uhr, Predigerkirche (Totentanz 19), Michael Bangert/Valeria Hengartner, michael.bangert@cck-bs.ch

MEDITATION – ENTSPANNUNG UND KONZENTRATION

12.15 – 12.45 Uhr, Kapelle KUG (Herbergsgasse 7), Andreas Schalbetter SJ, andreas.schalbetter@unibas.ch, 061 264 63 07

MUSIKALISCHE MITTAGSMESSE

12.15 Uhr, Kirche St. Marien (Holbeinstrasse 28), Stefan Kemmler, pfarrei@stmarien-basel.ch, 061 272 60 33

GEFÜHRTE MEDITATION IN DIE STILLE

12.15 – 13 Uhr, Zentrum für Achtsamkeit (Schlüsselberg 4), Ruedi Burger, sekretariat@zentrum-fur-achtsamkeit.ch

STILLE BEWEGT – MIT YOGA, ATEM-ACHTSAMKEIT UND MEDITATION

15 – 16 Uhr, c/o Praxis M. Niederberger (Innere Margarethenstrasse 19), Susanne Schwejda, suschwejda@gmx.ch, 076 596 72 92

KURZE HINFÜHRUNG IN DIE STILLE

16 – 17 Uhr, Kapelle Universitätsspital Basel (Petersgraben 4), Valeria Hengartner, valeria.hengartner@usb.ch

UNTERWEGS IN STILLE

17 – 18.30 Uhr, Rhybadhüsli Breite (St. Alban-Rheinweg 195) Katholischer Frauenbund Basel, info@frauenbund-basel.ch, 061 272 35 44

LICHTVESPER

18 – 18.30 Uhr, Predigerkirche (Totentanz 19), Michael Bangert, michael.bangert@cck-bs.ch

WORK-IN

18 – 19 Uhr, Resilienz Zentrum Schweiz (Aeschengraben 16), Antoinette Wenk, aw@resilienz-zentrum-schweiz.ch

ABENDMEDITATION

19.30 – 20.30 Uhr, Titus Kirche (Im tiefen Boden 75), Monika Widmer Hodel, monika.widmer@erk-bs.ch

DONNERSTAG 9. DEZEMBER

RORATEFEIER

6.30 – 7.15 Uhr, Antoniuskirche (Kannenfeldstrasse 35), Stefan Kemmler, st.anton@rkk-bs.ch, 061 386 90 60

MEDITATION MIT BIBELSTELLE

7.30 – 8 Uhr, Kapelle KUG (Herbergsgasse 7), Andreas Schalbetter SJ, andreas.schalbetter@unibas.ch, 061 264 63 07

EINFÜHRUNG IN DIE KONTEMPLATION

12.15 – 12.45 Uhr, Predigerkirche (Totentanz 19), Michael Bangert/Valeria Hengartner, michael.bangert@cck-bs.ch

INNEHALTEN ÜBER MITTAG

12.15 – 12.45 Uhr, Kapelle Don Bosco (Waldenburgerstrasse 34), Katrin Schulze, katrin.schulze@offline-basel.ch

MUSIKALISCHE MITTAGSMESSE

12.15 Uhr, Kirche St. Marien (Holbeinstrasse 28), Stefan Kemmler, pfarrei@stmarien-basel.ch, 061 272 60 33

GEFÜHRTE MEDITATION IN DIE STILLE

12.15 – 13 Uhr, Zentrum für Achtsamkeit (Schlüsselberg 4), Meret Hartmann, sekretariat@zentrum-fur-achtsamkeit.ch

STILLE BEWEGT – MIT YOGA, ATEM-ACHTSAMKEIT UND MEDITATION

13 – 14 Uhr, c/o Praxis M. Niederberger (Innere Margarethenstrasse 19), Susanne Schwejda, suschwejda@gmx.ch, 076 596 72 92

AUSFLUG ZU DEN STOLPERSTEINEN IN LÖRRACH

14.30 – 16 Uhr, Lörrach (weitere Infos nach Anmeldung), Peter Bollag, p.bollag@cj-p.ch

KURZE HINFÜHRUNG IN DIE STILLE

16 – 17 Uhr, Kapelle Universitätsspital Basel (Petersgraben 4), Valeria Hengartner, valeria.hengartner@usb.ch

QUITE & LIGHT

17.30 – 18.05 Uhr, St. Margarethenkirche (St. Margarethen 6, 4102 Binningen), Gudrun Sidonie Otto, gudrun.sidonie.otto@kgbb.ch

LICHTVESPER

18 – 18.30 Uhr, Predigerkirche (Totentanz 19), Michael Bangert, michael.bangert@cck-bs.ch

ATEM-PAUSE AM ABEND – MEDITATIVES GEBET MIT MUSIK UND STILLE

18 – 18.45 Uhr, Kirche Heiliggeist (Thiersteinallee 51), Anne Lauer, anne.lauer@rkk-bs.ch

ANLEITUNG ZUM DIGITALEN ABSCHALTEN

18 – 19.30 Uhr, Refektorium der Offenen Kirche Elisabethen (Elisabethenstrasse 10), George Peterburs (resonance gmbh), hello@beinresonance.com

FREITAG, 10. DEZEMBER

MEDITATION MIT BIBELSTELLE

7.30 – 8 Uhr, Kapelle KUG (Herbergsgasse 7), Andreas Schalbetter SJ, andreas.schalbetter@unibas.ch, 061 264 63 07

KONTEMPLATION VIA INTEGRALIS

8 – 9 Uhr, Katharina-Werk (Neubadstrasse 95), Regula Tanner, r.tanner@katharina-werk.org

MUSIKALISCHE MITTAGSMESSE

12.15 Uhr, Kirche St. Marien (Holbeinstrasse 28), Stefan Kemmler, pfarrei@stmarien-basel.ch, 061 272 60 33

INNEHALTEN ÜBER MITTAG

12.15 – 12.45 Uhr, Kirche Heiliggeist (Thiersteinallee 51), Katrin Schulze, katrin.schulze@offline-basel.ch

EINFÜHRUNG IN DIE KONTEMPLATION

12.15 – 12.45 Uhr, Predigerkirche (Totentanz 19), Michael Bangert/Valeria Hengartner, michael.bangert@cck-bs.ch

GEFÜHRTE MEDITATION IN DIE STILLE

12.15 – 13 Uhr, Zentrum für Achtsamkeit (Schlüsselberg 4), George Peterburs, sekretariat@zentrum-fur-achtsamkeit.ch

GANG ZU EINZELNEN STATIONEN DES MEDITATIONSWEGES «IM GEHEIMNIS GOTTES WOHNEN»

14 – 16 Uhr, Bethesdaspital (Gellertstrasse 144), Walter Wilhelm, w.wilhelm@bethesda-stiftung.ch, 061 315 24 76

