

PROGRAMM SOMMER 2026

Beginn jeweils 19:30 Uhr | Anmeldung über die ÖZ-Webseite

JUNI

- 10.06. Koch- und Spielabend
- 17.06. Nachhaltigkeitsfest
Mit: „Supp_optimal“ Stuttgart und dem Allmand Chaoten Orchester
- 24.06. Chill & Grill

JULI

- 01.07. Wildpflanzenführung
- 08.07. Semesterschlussgottesdienst in der Stadtmitte In Kooperation mit: ESG/KHG
- 15.07. Gemütlicher Semesterausklang

AUGUST

- 3.-7.08. Meine Geschichte: Schreibwoche
Autobiografisches Schreiben & kreative Buchprojekte

WÖCHENTLICHE ANGEBOTE

Meditation, Mystik und Musik – Deine Auszeit vom Stress! Im Raum der Stille

Mittwochs 17:30- 18:30 Uhr

Entdecke die Kraft der Spiritualität und schaffe dir einen Raum der Ruhe und Klarheit. Unser interreligiöses Meditationsangebot mit Musik und Atemarbeit hilft Dir, Stresssituationen besser zu meistern und im Alltag zielorientierter zu sein. Mit speziellen Breathwork-Techniken übst Du, Ängsten und Stress standzuhalten und innere Ruhe zu finden. Gemeinsam im Kreis, begleitet von Klanginstrumenten, schaffen wir einen Resonanzraum für Empathie und inneren Frieden. Lass den Alltag los und finde Deinen Weg zu mehr Gelassenheit und Lebensfreude. Wir freuen uns auf Dich!

Sprachcafé

Mittwochs 13:30 - 15:00 Uhr

Du machst gerade einen Sprachkurs oder möchtest einfach mehr Deutsch sprechen üben? Das Sprachcafé ist eine Gelegenheit, wo du im Gespräch mit deutschen Muttersprachlern dein Deutsch verbessern kannst. Für Abwechslung bei den Treffen darfst du dich auf die thematischen Inputs freuen, die unser Sprachcafé-Leitungsteam vorbereitet. Bitte anmelden über die ÖZ-Webseite.

Kreative Mittagspause – Deine Auszeit vom Alltag

Dienstags 13:15 - 14:30 Uhr

Gönn dir eine kurze Reise in ein imaginäres Land und lass den Stress von Studium und Arbeit hinter dir! Von 12:30 bis 14:30 laden wir dich ein, am Tisch der Kreativität Platz zu nehmen – zum Malen, Austauschen und Entdecken. Kunst ist Begegnung: mit dir selbst, mit anderen und mit deinen inneren Wünschen, die im Alltag oft untergehen. Keine besondere Kunstfertigkeit erforderlich – hier zählt der Spaß am Gestalten! Freue dich auf gute Gespräche und neue Inspiration. Jede*r ist willkommen – Spenden erbeten!

Glaubensaustausch

Wir, Studierende und junge Erwachsene bis 35 Jahre, treffen uns regelmäßig zum Austausch über Themen rund um den christlichen Glauben. Ausgehend von einer Bibelstelle sprechen wir darüber, wie wir den Glauben in unserem Alltag leben können, was uns dabei hilft und welchen Herausforderungen wir begegnen. Die Termine vereinbaren wir bei jedem Treffen neu. Interessiert? Dann melde dich direkt bei Marius. Wir freuen uns auf Dich!

Kontakt: grath@oekumenisches-zentrum.de



Ökumenisches
Zentrum

Semesterprogramm SoSe 26



Öffnungszeiten

Mo - Fr: 11:00 - 14:00 Uhr

Allmandring 6, 70569 Stuttgart-Vaihingen

www.oekumenisches-zentrum.de +49 711 68706800

WER WIR SIND

Wir sind eine Einrichtung der Evangelischen und Katholischen Kirche, in der Jeder und Jede herzlich willkommen ist!
Mehr dazu auf Instagram und unserer Homepage.

Lust, neue Leute kennenzulernen?
Oder suchst du einfach mal jemand zum Reden?
Oder Lust auf abwechslungsreiches Programm?
Oder willst du einen Cappuccino oder was Anderes genießen oder einfach mal relaxen?
Dann komm vorbei am Ökumenischen Zentrum!



UNSER TEAM



Dr. Hélène Eichrodt-Kessel
Evangelische Hochschulpfarrerin
Tel. 0157 35777279
helene.eichrodt-kessel@elkw.de



Marius Grath
Katholischer Hochschuleseelsorger
Tel. 0160 98703700
grath@oekumenisches-zentrum.de



Sabine Thaler
Verwaltung/Sekretariat
Tel. 0711 6870680
sekretariat@oekumenisches-zentrum.de



Shima Khosronia
Verwaltung/Sekretariat
Tel. 0711 6870680
sekretariat@oekumenisches-zentrum.de

Alaa Salim - Hausmeister
Tel. 0711 687068-13
alaa.salim@elkw.de

„WENN ICH GANZ STILL BIN“

Wenn ich ganz still bin
kann ich von meinem Bett aus
das Meer rauschen hören
es genügt aber nicht ganz still zu sein
ich muss auch meine Gedanken vom Land abziehen

Es genügt nicht die Gedanken vom Festland abzuziehen
ich muss auch das Atmen dem Meer anpassen
weil ich beim einatmen weniger höre

Es genügt nicht den Atem dem Meer anzupassen
ich muss auch Händen und Füßen die Ungeduld nehmen

Es genügt nicht Hände und Füße zu besänftigen
ich muss auch die Bilder von mir weggeben

Es genügt nicht die Bilder wegzugeben
ich muss auch das müssen lassen

Es genügt nicht das müssen zu lassen
solange ich das ich nicht verlasse

Es genügt nicht das ich zu lassen
ich lerne das fallen

Es genügt nicht zu fallen
aber während ich falle
und mir entsinke
höre ich auf
das Meer zu suchen
weil das Meer nun
von der Küste heraufgekommen
und in mein Zimmer getreten
um mich ist

Wenn ich ganz still bin.

Dorothee Sölle

PROGRAMM SOMMER 2026

Beginn jeweils 19:30 Uhr | Anmeldung über die ÖZ-Webseite

APRIL

- 15.04. Semestereröffnung: Art Night
- 22.04. Spieleabend
Bring dein eigenes Spiel mit
- 29.04. "Zwischen Pointe und Präsenz" – Wie du deine Präsentationen mit Humor und Timing verbesserst
Workshop mit Fabian D. Schwarz – Teil 1

MAI

- 06.05. "Zwischen Pointe und Präsenz" – Wie du deine Präsentationen mit Humor und Timing verbesserst
Workshop mit Fabian D. Schwarz – Teil 2
- 13.05. Filmabend und Gespräch
- 20.05. 17:00 Uhr:
Interreligiöses Friedensgebet mit Lichtzeremonie

19:00 Uhr:
Zwischen Hiersein und Heimat – Palästinische Perspektiven im Dialog
Mit: Florian Koch, Dr. Sumaya Farhat Naser, Alena Jabarine, Siham Skocic
Moderation: Anat Agarwala (ZEIT)
In Kooperation mit: Friedrich Ebert Stiftung und Brot für die Welt
- 21.05. 10:00–13:00 Uhr:
Friedenspädagogik in konfliktreichen Zeiten: Praxisorientierte Methoden für Dialogförderung und konstruktiven Umgang mit Spannungen
Workshop mit Dr. Sumaya Farhat Naser
- 27.05. + 03.06. *Kein Programm (Pfingstferien)*