

# BIERKRAU- EXERZITIEN

Frühling 2026



# METALCHURCH

## **Bierbrauexerzitionen**

Vom Malz bis zum trinkreifen Bier durchläuft der Prozess drei Phasen. Diese dienen bei den Bierbrauexerzitionen der Rhythmisierung von Exerzitionen, die sich im Alltag über einen bestimmten Zeitraum integrieren lassen.

Lass Dich vom Prozess des Bierbrauens inspirieren und entwickle mit anderen zusammen Exerzitionen, die Dich Deinem Leben und dem gelebten Glauben im Alltag näherbringen!

(Exerzitionen ist ein Fachbegriff für «geistliche Übungen»)

### **Die Stärken der Bierbrauexerzitionen?**

Dein Körper und Deine Sinne als Geschenk für die Beziehung zu Gott, zu Dir und der Welt entdecken, reflektieren und bewusster einsetzen.

Bierbrauexerzitionen ist kein fertig vorbereitetes Konzept, sondern wird zusammen mit den Teilnehmenden bedarfsorientiert entwickelt.

## **So läuft's ab:**

### **1. Online – Vortreffen** (Termin via Terminumfrage)

Erläuterungen, Klärung Bierrezepte, Fragen klären, Organisatorisches, ...

Die Bierbrauexerzitionen werden am Vortreffen zusammen geplant und definiert.

### **2. Vorbereitungsabend Bier brauen**

Freitagabend, 20.03.2026, 19:00 bis ca. 21:30 Uhr, Kirchberg BE, Kirchgemeindehaus

- Geschichte des Biers
- Bier brauen – so geht's, das passiert dabei
- Körper und Sinne – einige Facts und was es sonst dazu zu sagen gibt
- Degustation unterschiedlicher Biere – die Sinne erleben

Übernachtung Freitag auf Samstag?

Falls gewünscht, besteht die Möglichkeit, im Kirchgemeindehaus mit Mätteli und Schlafsack zu übernachten. Bitte bei der Anmeldung vermerken. Kaffeemaschine ist vorhanden, die übrige Morgenverpflegung ist Sache der Teilnehmenden.

### **3. Phase Erlebnis: Brautag**

Samstag, 21.03.2026, 08:00 bis ca. 21:00 Uhr, Kirchberg BE, Kirchgemeindehaus

- Besinnlicher Einstieg und Segen Gottes für ein gutes Bier erbitten
- Braue zu zweit an einem Sudhafen 25 Liter Bier

### **4. Phase Reflexion und Entscheidung**

Reflektiere das Erlebnis des Bierbrauens und entscheide, welche Exerzitionen Du in Deinen Alltag integrieren willst.

### **5. Abschlauchen Jungbier**

Samstag, 28.03.2026, 10:00 bis ca. 16:00 Uhr, Kirchberg BE, Kirchgemeindehaus

Das vergorene Bier wird in 5 Liter Fässer abgefüllt, damit die Kohlensäure im Bier bleibt und es fertig reifen kann.

## 6. Phase Exerzitien im Alltag

Gestalte Deine Übungen im Alltag aufgrund Deiner Entscheidung - während sich das Bier zur Trinkreife entwickelt.

Virtuelle Zwischentreffen werden mit den Angemeldeten abgemacht.

## 7. Bier degustieren

31. Mai 2026, im Rahmen des Heavy Sanctum, Soho Wangen a.A., Gottesdienst: 18:00 Uhr.

Degustiere mit den anderen Exerzitien-Teilnehmenden die gebrauten Biere. Teile es mit Freunden und Bekannten am Heavy Sanctum.

## Leitung & Organisation

### Viktor Diethelm leitet die Bierbrauexerzitien

Seit ca. 20 Jahren Hobbybierbrauer, Brauer bei LeuBräu Lozärn, BA-Religionspädagoge, Festivalseelsorger beim Greenfield.

### Organisation & Auskunft: Anne Däppen

Katechetin und Mitglied Leitungsteam & Fokus-Team «Bandraum» Metalchurch

[anne@daeppen.com](mailto:anne@daeppen.com)



## Administratives

### Rechtliches

Anmeldungen sind verbindlich - bei Abmeldungen nach dem Anmeldeschluss wird der volle Betrag in Rechnung gestellt.

Versicherung ist Sache der Teilnehmenden.

### Kosten

Kosten: 160 CHF (inkl. Bier und Verpflegung)

Zahlbar bis zum Anmeldeschluss an:

Valiant Bank, CH17 0630 0506 5112 9541 4

Verein Metalchurch, 3000 Bern

### Anmeldung

Die Teilnehmerzahl ist auf 12 Personen beschränkt!

Verbindliche Anmeldung bis **Di, 6. Januar** über das Formular auf [www.metalchurch.ch/bierbrauexerzitien](http://www.metalchurch.ch/bierbrauexerzitien)

Erhältst du nicht innert 48h eine Bestätigung schreibe eine Email an [verwaltung@metalchurch.ch](mailto:verwaltung@metalchurch.ch)

Wir werden eine Warteliste führen.

