

*GESUND UND VITAL
VON DER ARBEIT
IN DEN RUHESTAND*

VOM 10. BIS 12. JULI 2019

ÜBERGÄNGE GESTALTEN

Der letzte Abschnitt des Arbeitslebens und der Prozess des Abschieds will vorausschauend geplant und gestaltet werden. Denn dieser Übergang wird oft von unterschiedlichen Gefühlen begleitet: von sich frei fühlen bis hin zu dem Gefühl der eigenen Wertlosigkeit.

Wie kann ich in diesem Prozess mehr Sicherheit gewinnen?

Bewegung und Spiritualität sind zwei Aspekte, die neu zu beleuchten hilfreich sein kann. Mit unserem Seminar „Übergänge gestalten“, erfahren Sie:

- dass Fitness keine Frage des Alters und Aktivität immer möglich ist
- wie spirituelle Impulse andere, neue Perspektiven schaffen können
- wie Sie einen Weg finden, beweglich an Körper und Geist zu bleiben

Referentinnen:

Saskia Heuser

Gesundheitsreferentin

Petra Brenig-Klein

Erwachsenenbildnerin, Geistliche Begleiterin

*... mit meinem Gott
überspringe ich Mauern*

Psalm 18,30

- Termin** 10. bis 12. Juli 2019
- Zeitraumen** Beginn: ab 10.00 Uhr Kaffee
Start 10.30 Uhr
Ende am letzten Tag 16.00 Uhr
- Ort** Maria in der Aue
Tagungszentrum des Erzbistums Köln
In der Aue 1
42929 Wermelskirchen
- Kosten** 249,- Euro
- Anmeldeschluss** 10. 6. 2019

Das Seminar ist als Bildungsurlaub im Rahmen des Arbeitnehmerweiterbildungsgesetzes anerkannt.

Veranstalter:

DJK Diözesanverband Köln

in Kooperation mit

Erzbistum Köln, Abteilung Erwachsenenseelsorge –
Leben in Fülle

Information und schriftliche Anmeldung:



DJK-Geschäftsstelle | Am Kielshof 2 | 51105 Köln
Telefon: 0221/99 80 84 0 | Fax: 0221/99 80 84 19
E-Mail: info@djkdvkoeln.de

Anreisehinweis

Mit dem PKW:

Über A1: Abfahrt Nr. 97 Burscheid, links Richtung Wermelskirchen-Hilgen. 2. Ampel rechts Richtung Dabringhausen durch den Wald bis zur Kreuzung. Rechts Richtung Altenberg, nach ca. 1,2 km in Limmringhausen / Bremen links abbiegen. Ca. 2 km bis zum Haus fahren. Ausreichend kostenfreie Parkplätze vor Ort.

Mit öffentlichen Verkehrsmitteln:

Bis Köln Hbf. Weiter mit der S-Bahn (S 11) bis Berg.-Gladbach. Anschließend mit dem Taxi ca. 15 km Richtung Wermelskirchen-Dabringhausen