

Mein Lebensschatz!

Selbstbewusst Altwerden – für Frauen 50+

Sa, 29.10.2022, 10.30 bis 17.30 Uhr
Wilhelm Kliewer Haus, Ungermannsweg 8
41169 Mönchengladbach

Wir werden immer älter und das auch immer fitter. Kinder stehen auf eigenen Füßen, beruflich passiert oft nicht mehr viel, vielleicht ist der Ruhestand schon in Sicht. Und jetzt? Diese Lebensphase birgt die große Chance eines Neustartes und die Möglichkeit, bisher ungelebte Fähigkeiten und längst verschollene Träume neu in unser Leben einzuladen. Mit Hilfe der Biografiearbeit schauen wir auf unsere Vergangenheit und wie diese uns geprägt hat. Wo stehe ich und wie bin ich hier hin gekommen? Oft kristallisiert sich hierbei ein roter Faden heraus, der sich durch das Leben zieht. Dieser kann helfen, das eigene Leben vor dem Hintergrund vielfältiger Einflüsse besser zu verstehen. Auf dieser Grundlage entwickeln wir eine Vision, wie wir im Alter sein und leben wollen, welche Lebensziele wir noch erreichen oder wovon wir uns auch verabschieden wollen. Das stärkt uns, die eigene Zukunft selbstbewusst in die Hand zu nehmen.

Kooperationsveranstaltung mit dem Katholischen Forum in Mönchengladbach.

Leitung: *Andrea Herzog-Legewie, Bildungsreferentin des kfd Diözesanverbands Aachen, Counselor Gestalt- und Orientierungsanalyse*

Teilnahmebeitrag: *für kfd-Mitglieder 34,00 €, Nicht-Mitglieder 60,00 €, inkl. Verpflegung*

Anmeldung: *bis 13.10.2022*

Veranstaltungsnummer: *21537*