



Innehalten – Aufatmen – Kraft schöpfen – Weitergehen Auszeit nehmen im (Berufs-)Leben

26. Juni 2021

B 12

TAGUNGSSTÄTTE SOEST

*Gönne dich dir selbst.
Ich sag nicht: Tu das immer.
Ich sage nicht: Tu das oft.
Aber ich sage: Tu es immer wieder einmal.
Sei wie für alle anderen
auch für dich selbst da,
oder jedenfalls: sei es nach allen anderen.*
(Bernhard von Clairvaux)

Gönne dich dir selbst – das ist der Leitgedanke dieses Oasen-Tages. Für ein paar Stunden treten Alltag, Beruf und Familie in den Hintergrund. Und Sie nehmen sich Zeit nur für sich selbst.

Ich danke dir dafür, dass ich wunderbar gemacht bin. (Psalm 139,14)

Diesmal befassen wir uns mit Versen aus Psalm 139. In Meditation, Bewegung und kreativem Gestalten beziehen wir die Psalmworte auf uns und das eigene Leben, um aus ihnen Kraft zu schöpfen und gestärkt in den Alltag zu gehen.

Bitte kommen Sie in bequemer Kleidung!

Leitung: **Pfarrerin Lindtraut Belthle-Drury**

Zielgruppe: Erwerbstätige, Interessierte

Ablauf:

- 10:00 – 11:30 Uhr Arbeitseinheit I:
„Innehalten“
- 11:30 – 11:45 Uhr Pause
- 11:45 – 12:30 Uhr Arbeitseinheit II:
„Aufatmen“
- 12:30 – 13:30 Uhr Mittagspause
- 13:30 – 15:00 Uhr Arbeitseinheit III:
„Kraft schöpfen“
- 15:00 – 15:15 Uhr Kaffeepause
- 15:15 – 16:00 Uhr Arbeitseinheit IV:
„Weitergehen“

Inhalte:

- Einfache Körperübungen
- Kreatives Gestalten
- Meditation

TEILNAHMEBEDINGUNGEN

Anmeldung

Evangelische Frauenhilfe in Westfalen e.V. | Angela Wieneke
Postfach 13 61 | 59473 Soest | Fax 02921 4026
wieneke@frauenhilfe-westfalen.de www.frauenhilfe-bildung.de

Schriftlich per Post, E-Mail oder Fax ist Ihre Anmeldung verbindlich und verpflichtet zur Zahlung.

Ist der Kurs ausgebucht oder findet er nicht statt, erhalten Sie eine Benachrichtigung und eine Rückerstattung.
Bitte beachten Sie unsere Allgemeinen Geschäftsbedingungen, die Sie unter www.frauenhilfe-bildung.de finden.

Informationen unter:

Lindtraut Belthle-Drury, Tel. 02921 371-232 (Mo - Fr: 09:00 - 12:00 Uhr)

Kosten inkl. Kursunterlagen, Kaffee und Mittagessen **35,00 €**

Überweisung bis drei Wochen vor Seminarbeginn auf das Konto:
auf folgendes Konto: Sparkasse SoestWerl,

IBAN-Nr. DE37 4145 0075 0000 0129 14

Verwendungszweck: Kosten, B Nr., Datum

Stornierung

Sollten Sie verhindert sein, melden Sie sich bitte rechtzeitig schriftlich ab.

Bei kurzfristigen Absagen werden Ausfallgebühren erhoben: 14 bis zu 9 Tage vor Veranstaltungsbeginn beträgt die Ausfallgebühr 50 % der angegebenen Kosten, 8 bis 1 Tag vor Veranstaltungsbeginn 75 %, bei Abmeldung am Veranstaltungstag 100 %.

Tagungsort

TAGUNGSSTÄTTE SOEST | Feldmühlenweg 15 | 59494 Soest
Tel. 02921 371 280 www.tagungsstaette-soest.de

Hinweis: Während der Veranstaltung werden ggf. Fotos zur Nutzung in der Öffentlichkeits- und Pressearbeit erstellt. Sie können zu Beginn der Veranstaltung Ihre Einwilligung dazu widerrufen.

Anmeldung an:

Evangelische Frauenhilfe in Westfalen e.V., Angela Wieneke, Postfach 13 61, 59473 Soest, Fax 02921 4026, wieneke@frauenhilfe-westfalen.de

Innehalten – Aufatmen – Kraft schöpfen – Weitergehen Auszeit nehmen im (Berufs-)Leben 26.06.2021, Vstnr.: B 12

Name

Vorname

Straße

PLZ/Ort

Telefon/Mobiltelefon

E-Mail

Geb.-Datum

Ich stimme zu, dass meine Daten veranstaltungsbezogen elektronisch erfasst und gespeichert und für die Zusendung von Veranstaltungsinformationen der Evangelischen Frauenhilfe in Westfalen e.V. verwendet werden. Hinweis: Ihre Einwilligung können Sie jederzeit widerrufen.

Ort, Datum, Unterschrift