



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

Samstag, 27. November 2021

B 14

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: 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

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.

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.

Für diese Veranstaltung erhalten Mitarbeitende der Evangelischen Frauenhilfe in Westfalen im Rahmen des Betrieblichen Gesundheitsmanagements (BGM) eine Ermäßigung bis zu 15%.

Information (Mo - Fr: 10:00 - 12:00 Uhr)

Lindraut Belthle-Drury, Tel. 02921 371-232

Bitte beachten Sie unsere Allgemeinen Geschäftsbedingungen, die Sie unter www.frauenhilfe-bildung.de finden.

Kosten **35,00 €**; inkl. Kaffee & Mittagessen
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

Anmeldung an:

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

Anmeldung

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

27.11.2021, Vstrn.: B 14

Name

Vorname

Straße

PLZ/Ort

Telefon/Mobiltelefon

E-Mail

Geb.-Datum

Sonderkostform

Mitarbeitende/r der Evangelischen Frauenhilfe in Westfalen e.V.

Ich erkläre mich einverstanden, dass diese Daten für die Zusendung von Veranstaltungsinformationen der Evangelische Frauenhilfe in Westfalen e.V. verwendet werden. Hinweis: Ihre Einwilligung können Sie jederzeit widerrufen.

Ort, Datum, Unterschrift