



## Der weise Leichtsinn

### – Gelassen älter und alt werden

Freitag, 15. – Samstag, 16. Oktober 2021

B 31

### TAGUNGSSTÄTTE SOEST

Älter werden impliziert Bewegung - einen Prozess - nichts Statisches. Älter werden ist ein Übergangsprozess. Ich möchte mit Ihnen gemeinsam der kreativen Kraft von Lebensübergängen Raum geben. Die verschiedenen Stufen im Lebenslauf bilden immer wieder auch Abschiede, die auch das Potential des Neubeginns in sich einschließen. Das Alter erscheint dabei als Möglichkeit zum Werden zu sich selbst, als Möglichkeit also, das eigene Leben in seiner Radikalität zu erkennen und zu gestalten.

Alles wird schneller in der heutigen Zeit, nur die Seele arbeitet nach wie vor langsam. So ist es wichtig, dass Schritte der Veränderung ausreichend Zeit bekommen, damit sie auch innerlich vollzogen werden können. Die einstmals klassische Dreiteilung des Lebens in die Phasen: Ausbildung - Erwerbstätigkeit - Ruhestand ist längst überholt.

Lassen Sie uns in diesem Seminar neue Lebensentwürfe kreieren, beginnen Sie die herrlich freien Seiten des Älter und Alt Werdens zu entdecken.

#### Programm

##### Freitag, 15.10.2021

bis 19:00 Uhr Anreise  
19:00 – 22:00 Uhr Kennenlernrunde  
Welche Erfahrungen und  
Erwartungen an dieses Seminar  
gibt es?  
Einstieg in das Thema

##### Samstag, 16.10.2021

09:15 – 10:45 Uhr Einheit 1  
11:00 – 12:30 Uhr Einheit 2  
12:30 Uhr Pause  
13:30 – 15:00 Uhr Einheit 3  
15:00 Uhr Pause  
15:30 – 17:00 Uhr Einheit 4, Auswertung

Leitung: Lindtraut Belthle-Drury

Kursleitung: Margret Hilleringmann, Diplom-Sozialarbeiterin, Supervisorin, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Gestalttherapeutin

Zielgruppe: Interessierte

Mitzubringen: Isomatte, wärmende Socken, Woldecke

## 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](http://www.frauenhilfe-bildung.de) finden.

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)  
Lindtraut Belthle-Drury, Tel. 02921 371-232

### Kosten 80,00 €;

Kost & Logis in der TAGUNGSSTÄTTE SOEST zubuchbar  
Überweisung bis drei Wochen vor Seminarbeginn auf das  
Konto: Sparkasse SoestWerl  
IBAN-Nr. DE37 4145 0075 0000 0129 14  
Verwendungszweck: Kosten, B-Nr., Datum

### Zubuchbare Leistungen

Für Mitglieder der Ev. Frauenhilfe in Westfalen e.V. (FH-Mitglied) gelten die ermäßigte Preise für Kost & Logis in Klammern.

Übernachtung & Frühstück im  
Einzelzimmer Standard: 39,20 € (FH-Mitglied: 35,30 €)  
Mittagessen: 8,80 € (FH-Mitglied: 7,95 €)  
Kaffee & Kuchen: 4,00 € (FH-Mitglied: 3,60 €)  
Abendessen: 7,75 € (FH-Mitglied: 7,00 €)

Zubuchbare Leistungen werden in der TAGUNGSSTÄTTE SOEST möglichst mit EC-Karte oder bar bezahlt.

### 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 I Feldmühlenweg 15 I 59494 Soest  
Tel. 02921 371 280 [www.tagungsstaette-soest.de](http://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](mailto:wieneke@frauenhilfe-westfalen.de)

### Anmeldung

#### Der Weise Leichtsin - Gelassen älter und alt werden

15. – 16.10.2021, Beginn: 19:00 Uhr, Ende: 17:00 Uhr, B 31

---

Name, Vorname

---

Straße

---

PLZ/Ort

---

Telefon/Mobiltelefon

---

E-Mail

---

Geb.-Datum

- 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

Zubuchbare Leistungen der TAGUNGSSTÄTTE SOEST:

- Einzelzimmer Standard (Etagenduschen und –WC)    Frühstück    Mittagessen    Kaffee & Kuchen    Abendessen  
 Mitglied der Evangelischen Frauenhilfe in Westfalen e.V.

---

Sonderkostform

---

Ort, Datum, Unterschrift