

Teilnahmebedingungen

Evangelische Frauen in Baden
Postfach 22 69
76010 Karlsruhe

Anmeldung: Anmeldung per Post oder unter www.ekiba.de/frauen/veranstaltungen

Wir bestätigen den Eingang Ihrer Teilnahme. Nach Erhalt dieser Bestätigung überweisen Sie bitte den gesamten Teilnahmebetrag. Dann ist Ihr Platz verbindlich reserviert.

Kosten: € 345

Unterstützung für Frauen mit geringem Einkommen auf Anfrage möglich!

Für diese Veranstaltung kann im Rahmen des Bildungszeitgesetzes Baden-Württemberg bis spätestens neun Wochen vor Beginn eine Freistellung beim Arbeitgeber unter Gehaltsfortzahlung beantragt werden.

Wir empfehlen eine Reiserücktrittsversicherung.

Teilnehmerinnen: max. 12

Leistungen:

- zwei Übernachtungen im Einzelzimmer
- Vollpension
- Seminargebühr und Unterlagen

Rücktrittsmodalitäten:

Bei einem Rücktritt innerhalb von vier Wochen vor Seminarbeginn wird eine Ausfallgebühr von 80 % des Teilnahmepreises fällig. Bei einer Absage am Tag der Veranstaltung müssen 100 % der Kosten als Ausfallgebühr bezahlt werden.

Veranstaltungsort:

Bildungshaus Kloster St. Ulrich, 79283 Bollschweil
Tel.: 07602 9101-0

Anfahrt: www.bildungshaus-kloster-st-ulrich.de

Kontakt:

Evangelische Frauen in Baden
Eva Zimmermann · Postfach 22 69 · 76010 Karlsruhe
Telefon 0721 9175-328
eva.zimmermann@ekiba.de
www.evangelische-frauen-baden.de



© Jeanette Dietl - fotolia.com



LEBENSMUTIG ÄLTER WERDEN

Standortbestimmung für die erwerbsfreie Zeit
Seminar für Frauen

28. bis 30. April 2027

Bildungshaus Kloster St. Ulrich, Bollschweil



Bildungshaus
Kloster St. Ulrich
Landvolkshochschule



*Bin ich erst mal im Ruhestand,
dann gönn ich mir ein Mittagsschlüfchen
und frühstücke im Bett,
dann leg ich Donna Summer auf
und tanze wild kokett.*

Liebe Frauen!

Lebensmutig älter werden und die Lebensregel neu oder anders setzen? Der Übergang vom Berufsleben in den Ruhestand ist ein bedeutender Lebensabschnitt. Er bringt nicht nur Veränderungen und Herausforderungen mit sich, sondern eröffnet auch Chancen und Freiräume.

Plötzlich so viel Zeit - und nun?

Was gibt meinem Leben Sinn? Was hält mich lebendig? Ob Vorfreude oder mit einem sorgenvollen Blick: Unser Seminar lädt ein, die eigenen Vorstellungen vom Älterwerden zu reflektieren und eine Standortbestimmung für das Leben nach dem Beruf zu wagen.

Mit kreativen Zugängen, Impulsen, Spiritualität und der Kraft der Natur öffnen wir innere Räume. So entsteht Raum, den eigenen roten Faden zu entdecken und eine selbstbestimmte, kraftvolle Zukunft zu gestalten.

Das Seminar bietet Gelegenheit, den Blick auf sich selbst und das eigene Leben zu schärfen, sich mit anderen auszutauschen und im Miteinander zu stärken.

Wir freuen uns auf Sie!

Hannelore List

Dipl.-Pädagogin, Erwachsenenbildnerin und Coachin

Eva Zimmermann

Referentin Evangelische Frauen in Baden

Dipl.-Sozialarbeiterin, Systemische Beraterin (SG),

Systemische Coachin und Supervisorin

INHALT UND ZIELE

- Gestaltung des neuen Lebensabschnittes
 - ➔ Modelle der nachberuflichen Lebensphase kennenlernen
 - ➔ Eigenen Ideenkoffer entwickeln und erste Schritte planen
- Der Blick zurück, der Blick nach vorne, der Blick auf mich
 - ➔ Selbstreflexion und Wertschätzung
 - ➔ Ressourcenaktivierung
 - ➔ Selbstwirksamkeit erfahren
- Älter werden in der Gesellschaft - älter werden als Frau
 - ➔ Altersbilder, Chancen und Herausforderungen

METHODEN

- Arbeit mit der eigenen Biografie
- Kreative Visionensuche in Worten und Bildern und in der Natur
- Die vier Räume der Veränderung
- Austausch und Übungen allein, zu zweit, in der Gruppe
- Gespräche und Feedbackrunden
- Musik und Körperarbeit sowie andere Impulse
- Morgenimpuls und Abendausklang

SEMINARZEITEN

Das Seminar beginnt am Dienstag um 13:00 Uhr
und endet am Donnerstag um 16:00 Uhr

Das Seminar findet als Kooperation der Ev. Erwachsenenbildung, Fachbereich Ev. Frauen in Baden, mit dem Bildungshaus Kloster St. Ulrich - Landvolkshochschule statt.

Hiermit melde ich mich verbindlich an zu
LEBENS MUTIG ÄLTER WERDEN:

☐ 28. bis 30.04.2027

Name

Vorname

Straße

PLZ/Ort

Geburtsjahr

Telefon

E-Mail

Vegetarisches Essen: ☐ ja ☐ nein

☐ Die Teilnahmebedingungen habe ich gelesen und akzeptiert.
☐ Ich erteile meine ausdrückliche Einwilligung dazu, dass die von mir angegebenen Daten elektronisch verarbeitet werden. Sie werden nur für die Durchführung dieser Veranstaltung von den Evangelischen Frauen in Baden genutzt und, sobald sie dafür nicht mehr benötigt werden, gelöscht, soweit keine rechtlichen Vorgaben die Löschung verhindern. Die Daten werden von der Veranstalterin nicht an Dritte weitergegeben. Ich bin damit einverstanden, dass meine Anschrift und meine Telefonnummer in die Teilnehmerinnenliste aufgenommen werden und diese den Teilnehmerinnen für Fahrgemeinschaften zugänglich gemacht wird.
☐ Ich bin an der Zusendung von regelmäßigen Informationen von der Geschäftsstelle der Ev. Frauen in Baden interessiert und damit einverstanden, dass meine Daten zu diesem Zweck elektronisch von der Geschäftsstelle der Ev. Frauen in Baden verarbeitet werden. Eine Weitergabe Ihrer Daten an Dritte erfolgt von uns nicht. Sie können der Nutzung der Daten jederzeit mit Wirkung für die Zukunft widersprechen. Dazu genügt eine E-Mail an frauen@ekiba.de. Der Schutz Ihrer Daten ist uns wichtig. Sie finden unsere Datenschutzerklärung unter www.ekiba.de/datenschutz

Datum, Unterschrift