

KURSLEITUNG

ELISABETH WÄCKERLIN

Erwachsenenbildnerin & Sozialdiakonin

Reformierte Kirchgemeinde Petrus Bern

T: 031/ 941 04 92

elisabeth.waeckerlin@refbern.ch,

www.petrus-kirche.ch

Aus- und Weiterbildung in:

Biographiearbeit praktisch, Lebensmittel und Älter werden, Frauenarbeit & Elternbildung, Seelsorge



Unterstützung durch die
Evangelisch-Reformierte Kirchgemeinde Luzern
Teilkirchgemeinde Rigi-Südseite, Weggis



KARIN MARTI

Erwachsenenbildnerin & Religionspädagogin RPI

Luzerner Seepfarreien Greppen-Weggis-Vitznau

Rigiblickstr. 5, 6353 Weggis,

T: 041/ 392 00 92, H: 077/ 45 166 35,

karin.marti@seepfarreien.ch

www.seepfarreien.ch

Aus- und Weiterbildung in:

Biographiearbeit praktisch, Versöhnungs- und
Ritualarbeit, Meditation, Seelsorge,
Gewaltfreie Kommunikation



MITTEN IM LEBEN SICH NEU VERSTEHEN



Erwachsenenbildung
Luzerner Seepfarreien
Greppen – Weggis – Vitznau



Auf dem Weg zum neuen Leben immer wieder anhalten,
meinen Standpunkt bestimmen,
Freude haben am Weg, den ich zurückgelegt habe,
ihn aber auch annehmen, wenn er mir nicht gefällt,
mir Zeit gönnen, neue Kräfte schöpfen, mich neu orientieren,
mich leiten lassen von dem, was für mich wichtig ist,
weitschreiten so, wie es mir entspricht,
in der Hoffnung, dass ich es finde, das neue Leben.

Max Feigenwinter, aus: "Ganz einfach Mensch sein"

TEILNEHMENDE

Menschen, unabhängig vom Alter, die ihr eigenes Leben neu verstehen, erkennen und neben dem Gelungenen und Glänzenden auch das Brüchige und Fragmentarische sehen und annehmen lernen wollen, um daraus ihr Leben neu zu gestalten.

WAS SIE VON DIESEM KURS ERWARTEN DÜRFEN

Sie können

- In einem geschützten Raum ihre Lebensgeschichte erzählen, sichtbar machen und reflektieren. In diesem Raum können sich die Geschichten verändern und neu bewertet werden.
- Durch neue Erkenntnisse und Methoden die eigene Vergangenheit in der Gegenwart besser verstehen. Mit dem neuen Rüstzeug können sie Zukunft andenken und angehen.
- Ihre Emotionen wahr- und annehmen und ausdrücken. Die Selbstfürsorge fördert die seelische und körperliche Gesundheit.
- Mit Versöhnungs- und Vergebungsritualen loslassen lernen. So wird Raum für eine neue Zukunftsgestaltung geschaffen.
- Durch die Erfahrung von Sinn im eigenen Leben die spirituelle/göttliche Beziehung weiterentwickeln und vertiefen.

KURSKOSTEN UND RAHMENBEDINGUNGEN

Kurszeiten	SA: 09.00-12.15 und 15.00-18.00 / SO: 09.00-12.00 und 13.30-16.00
Mittagessen	Nehmen wir gemeinsam ein.
Unterkunft und Mahlzeiten	Sind im Kursbetrag nicht enthalten. Sind vor Ort mit dem Hotel, Restaurant oder Bildungshaus direkt abzurechnen.
Kurskosten	Fr. 680.– für alle acht Kurstage.
Kursvergünstigung	Für Teilnehmende aus den Seepfarreien Greppen –Weggis-Vitznau, welche nicht die vollen Kurskosten bezahlen können.
Gruppengrösse	Mindestens 8 und höchstens 16 Personen.
Anmeldung	Katholisches Pfarramt Weggis, Karin Marti, Rigiblickstr. 5, 6353 Weggis. Nach Eingang der Anmeldung wird ein Einzahlungsschein zugestellt.
Anmeldeschluss	23. Oktober 2016 Bei Abmeldung nach dem Anmeldeschluss bis zum 1. November 2016 werden 40% der Kurskosten verrechnet. Bei Abmeldung während des laufenden Kurses wird das gesamte Kursgeld verrechnet. Wir empfehlen eine Annullationskostenversicherung.

THEMEN UND INHALTE

1.BLOCK

5./6. NOVEMBER 2016 RIGI KALTBAD

IN DER GEGENWART MIR SELBST UND DEM DU BEGEGNEN —
EINE STANDORTBESTIMMUNG

Im Jetzt sich selbst, die Gruppe und das Thema „Biographisches Arbeiten“ kennen lernen. Das gelebte Leben erinnern, betrachten und erzählen aus der eigenen Biografie. Wo stehe ich? Welchen Herausforderungen muss ich mich stellen?

2.BLOCK

11./12. MÄRZ 2017 RIGI KALTBAD

SEHEN WER ICH GEWORDEN BIN

Mit verschiedenen Methoden und einem selbst gewählten Modell auf das gelebte Leben zurückblicken. Sein Leben in seinen Möglichkeiten und Grenzen betrachten, einordnen und verstehen. Emotionen wahrnehmen, sich mitteilen, Einsichten gewinnen, gewichten und wertschätzen.

3.BLOCK

17./18. JUNI 2017 HERTENSTEIN STELLA MATUTINA

MICH MIT MEINEM LEBEN VERSÖHNEN

Lebensübergänge, Krisen und wichtige Entscheidungen reflektieren. Gefühle wahr- und annehmen und ausdrücken. Den Zugang zu Selbstliebe und Akzeptanz ermöglichen. Versöhnung und Vergebung neu erfahren. Loslassen und Dankbarkeit machen handlungsfähiger und grosszügiger sich selber und dem Andern gegenüber.

4.BLOCK

2./3. SEPTEMBER 2017 ORT NOCH OFFEN

MEIN LEBEN NEU IN DIE HÄNDE NEHMEN- ZUKUNFT GESTALTEN

Mit der geschulten Vorstellungskraft Zukünftiges andenken und gestalten. Der Sinnfindung, Dankbarkeit, Wertschätzung und Freude einen neuen Stellenwert im Leben geben. Sein Leben verantworten und in der Gruppe feiern. Sich verabschieden.