



Atem holen und der Seele Raum geben

7. Mai
2024

Ein Oasentag für im und mit dem Alter engagierte Menschen

Sie setzen sich für ältere Menschen ein. Die Bereiche und Themen ihres Engagements können dabei so vielfältig wie das Alter selbst sein. Immer jedoch wird das, was Sie einbringen, in den vielen alltäglichen wie beruflichen Begegnungen für andere erleb- und erfahrbar. Ihr Engagement kann Freude schenken und als bereichernd erlebt werden, ebenso, wie es sehr herausfordernd und kräftezehrend sein kann. Manche Gedanken und Erlebnisse nimmt man mit nach Hause, denkt darüber nach ... was wird aus ihnen?

Wir möchten für Ihr DA-Sein danken und Ihnen diesen Oasentag schenken. Er kann für eine kurze Atempause, als Ruhetag, zur spirituellen Vertiefung und zum Kraftschöpfen im Austausch mit anderen dienlich sein.

Schauen Sie, was für Sie an diesem Tag gerade passend ist.

Elemente:

- **spirituelle Impulse**
- **Gebet**
- **Themengruppen**
- **Begleitgespräche**
- **Kreativraum**

Erzbistum Köln
Generalvikariat
Fachbereich Lebens-
begleitende Pastoral

Marzellenstr. 32
50668 Köln

Ute Adenhoff

T 0221 1642 1384
kontakt@leben-in-fuelle.info
www.leben-in-fuelle.info
www.erzbistum-koeln.de

Die Veranstaltung wird in Kooperation mit dem KSI – Katholisch-Sozialen Institut angeboten.
 **katholisch-soziales institut**

Atem holen und der Seele Raum geben

Ein Oasentag für im und mit dem Alter
engagierte Menschen

Referent/innen

Ute Aldenhoff, Referentin Altenpastoral und geistliche Begleiterin (in Ausbildung)

Günther Bergmann, Diplom-Psychologe, Psychologischer Psychotherapeut und geistlicher Begleiter

Dr. Peter Bromkamp, Dipl. Religionspädagoge, Dipl. Sozialgerontologe

Susanne Konzet, Erwachsenenbildnerin M.A., ProjektWerkstatt Seniorenbildung

Termin/Ort/Anmeldung

7. Mai 2024

Beginn 9.30 Uhr mit einem Stehkafee

Ende der Veranstaltung 16.15 Uhr

Ort: Katholisch-Soziales Institut, Siegburg

Kostenfrei (inklusive Mahlzeiten und Materialien)

Anmeldung: herchenbach@ksi.de

Bitte geben Sie bei der Anmeldung an, welche
Möglichkeit zum Tagesverlauf (siehe Ablauf) Sie
wählen. Bitte nennen Sie Erst- und Zweitwunsch,
falls eine Option bereits belegt sein sollte.

Ablauf

Drei gemeinsame Impuls- und Gebetszeiten bilden einen dezenten Rahmen für diesen Tag. Die Zeit dazwischen können Sie optional verbringen, indem Sie aus den folgenden vier Optionen eine auswählen.:

1. Sie schließen sich einer Themengruppe an, die Impulse gibt und zu Austausch und Reflexion innerhalb der Kleingruppe anregt.

Es gibt zwei Themengruppen zur Auswahl

Option 1 A: Alters(vor)bilder im Dialog mit Dr. Peter Bromkamp

Option 1 B: Atem schöpfen – kreative Wege für den Alltag entdecken
mit Susanne Konzet

2. Sie nutzen die Möglichkeit eines persönlichen Begleitgespräches und verbringen den Tag in Ruhe oder kreativ für sich.

Option 2 A: Einzelgesprächstermine mit Günther Bergmann

Option 2 B: Kreativraum im Schweigen mit Ute Aldenhoff

Special

Falls der Tag in Ihnen nachklingt und Sie eine geistliche oder seelsorgliche Begleitung über den Jahresverlauf hinweg wünschen, kommen Sie gerne auf uns zu. Wir unterstützen Sie in der Vermittlung einer geeigneten Begleitung.

Eingeladen sind

in der Seniorenarbeit, Seniorenbildung, Pflege und Seelsorge
engagierte Menschen.