

Auch Engel machen einmal Pause
Zeit zum Aufatmen für Ehrenamtliche
12.07.19 (18.00 Uhr) – 13.07.19 (17.00 Uhr)



Sie setzen sich gerne und oft für andere ein. Sie sind ehrenamtlich für andere da und helfen, wo Sie gebraucht werden.

Nun haben Sie sich eine Pause verdient: Zeit zum Innehalten und sich selbst etwas Gutes tun. Zeit für Entspannung und den Austausch mit Gleichgesinnten. Zeit, um sich ihrem Körper zu widmen und körperliche (Ver)Spannungen zu lösen. Zeit für kleine Geschichten und meditative Impulse. Einfach einmal Zeit zum Auftanken und Aufatmen für sich selbst.

Kosten (inkl. Seminargebühr):

EZ: 155,50 €; DZ: 151,00 €; o.Ü: 113,00 €

Bitte fragen Sie in Ihrem Pfarramt, Ihrem Dekanat bzw. dem Träger oder der Einsatzstelle Ihrer sozialen Organisation nach, ob Ihnen ein **finanzieller Zuschuss** zum Seminar gewährt werden kann.

Leitung: Sabine Nollek, Physiotherapeutin;
Dr. Christine Marx



Programm

Freitag, 12.07.2019

18.00 – 18.50 Uhr: Abendessen

19.00 – 21.00 Uhr: Einführung, Kennenlernen, ...
Zum Abschluss: Entspannungsübungen (45 min)

Samstag, 13.07.2019

08.00 – 09.00 Uhr: Frühstück

09.15 – 11.30 Uhr: meditative Wanderung
mit Andacht

11.45 – 12.15 Uhr: Körperreise

12.15 – 13.15 Uhr: Mittagessen

13.45 – 14.30 Uhr: Geschichten, die gut tun

14.30 – 16.00 Uhr: Körperübungen, die gut tun

16.00 – 16.30 Uhr: Abschlussrunde und Segen

Ab 16.30 Uhr: Kaffee und Verabschiedung

Es müssen nicht Männer mit Flügeln sein

Es müssen nicht Männer mit Flügeln sein,
die Engel.
Sie gehen leise, sie müssen nicht schreien,
oft sind sie alt und hässlich und klein,
die Engel.

...

Dem Hungernden hat er das Brot gebracht,
der Engel.
Dem Kranken hat er das Bett gemacht,
und er hört, wenn du ihn rufst, in der Nacht,
der Engel.

Er steht im Weg und er sagt: Nein,
der Engel,
groß wie ein Pfahl und hart wie ein Stein –
es müssen nicht Männer mit Flügeln sein,
die Engel.

Rudolf Otto Wiemer

Anmeldung

Ich melde mich an zu:

Auch Engel machen einmal Pause
Zeit zum Aufatmen für Ehrenamtliche
12.07.19 – 13.07.19

Name: _____

Vorname: _____

Geburtsdatum: _____

Anschrift: _____

Telefon: _____

E-Mail-Adresse: _____

Ehrenamtlich tätig als: _____

Bei/in _____

Ich wünsche Unterbringung im

Einzelzimmer

Doppelzimmer mit: _____
(nur möglich, sofern entsprechende Anmeldung vorliegt)

Vollkost: mit Fleisch vegetarisch

Diät- oder Sonderkost

(Melden Sie sich bitte unbedingt spätestens 7 Tage vor
Seminarbeginn telefonisch zwecks genauer Absprache.)

Datum, Unterschrift

Aus Datenschutzgründen verteilen wir keine Teilnehmerlisten von Veranstaltungen. Wir sind aber gerne bei der Bildung von Fahrgemeinschaften behilflich (Telefon 09854 10-0).

Unsere Teilnahmebedingungen finden Sie im aktuellen Seminarprogramm. Mit Ihrer Anmeldung erkennen Sie diese rechtsverbindlich an.

Absender:

Ein paar Tipp

60 plus: Was kommt jetzt noch?

Älterwerden dankbar annehmen & kreativ gestalten
Sa, 27.07.19, 09.00 – 17.00 Uhr

Leitung: Dr. Jürgen Schmidt, Wirtschafts- & Sozialwissenschaftler; Dr. Christine Marx

Ausblicke und Einblicke: Meditativer Wandertag
Sa, 14.09.19, 10.00 – ca. 16.30 Uhr

Leitung: Werner Hajek, Natur- & Landschaftsführer;
Brigitte Seeberger, Übungsleiterin für Fitness und Gesundheit

Anmeldung und Information

Evangelisches Bildungszentrum Hesselberg

Hesselbergstraße 26, 91726 Gerolfingen

Telefon 09854 10-0; Fax 09854 10-50

E-Mail: info@ebz-hesselberg.de

Internet: www.ebz-hesselberg.de

Anreise

Autobahn-Abfahrten:

A 6 Ansbach, A 7 Dinkelsbühl, Feuchtwangen



Bahnstation: Gunzenhausen, Abholung nach vorheriger Rücksprache unter Tel. 09854 10-0 gegen Unkostenbeitrag von 12,00 € möglich.

Seminare für Ehrenamtliche



Auch Engel machen einmal Pause

Zeit zum Aufatmen für Ehrenamtliche

12. – 13. Juli 2019

Evangelisches Bildungszentrum
Hesselberg
Hesselbergstr. 26
91726 Gerolfingen