

# Älter werden als Chance

Workshop zur Gestaltung der dritten Lebensphase

**11. – 15. April 2023**

In den - zumindest schon absehbaren- Ruhestand gehen oder dort bereits sein ist Verlockung und Herausforderung zugleich. Es ist ein **Übergang**, für den es in der Gesellschaft noch wenig attraktive Modelle gibt, der Beginn einer neuer Lebensphase mit großen Chancen. Aufgeschobene Visionen und Pläne nähren Hoffnungen - und bergen aber auch handfeste Krisen. Was kommt, wenn alles Aufgeschobene erledigt ist, wenn viele Reiseziele besucht sind? Wo will und kann ich dann hin? Das Wort 'Krise' setzt sich im Chinesischen aus zwei Schriftzeichen zusammen: Eines steht für Gefahr, das andere für Gelegenheit.

危机

Dieser Workshop ist eine solche Gelegenheit, im Übergang in eine neue Lebensphase auf Bewährtes zu blicken und dessen Zukunftsfähigkeit zu erkunden. Die beiden Leiter:innen gestalten diese Tage in der Osterzeit mit tradierten Methoden und Ritualen der Visionsucharbeit, die Menschen seit jeher in Übergangsphasen ihres Lebens unterstützen.

Bereits in alten Mythen und Religionen werden diese Tage als symbolische Auseinandersetzung mit Ende und Neubeginn im Leben begriffen.

An stillen Plätzen, auf wilden Pfaden, in der Begegnung mit der frühlingshaften Natur ist Raum und Zeit zum Hören und Spüren der leisen Signale der neu erwachenden Natur, außen wie innen. Zeit für Begegnung oder gar Wiederentdeckung der eigenen Spiritualität, des ureigenen Weges. Den Raum dafür bieten u.a. auch mehrere fokussierte Zeiten outdoor, samt einer ganztägigen „Medizinwanderung“, beginnend bei Sonnenaufgang.

Der Austausch in einer wertschätzenden kleinen Gemeinschaft auf Zeit unterstützt den begonnenen Weg zum bewussten Älter werden - **eine lebendige Alternative zum bloßen Alt-Sein**.

**Leitung:** Edith Oepen, \* 1952, Systemischer Coach, Visionsucheleiterin; Köln  
Wolfgang Schindler, \* 1950, Gruppenanalytiker, Visionsucheleiter; Josefthal  
Das Leitungsteam arbeitet in der Tradition der Visionsuche der „School of Lost Borders“, aufbauend auf psychotherapeutische Aus- und Weiterbildungen und langjährige berufliche Praxis.

**Teilnehmer:innen:** bis zu **8** Frauen und Männer in der dritten Lebensphase

**Veranstaltungsort:** „Haus Wiesengrund“, im naturnahen Oberbergischen Land, zwischen Köln und Siegen, in 51588 Nümbrecht

**Beginn:** Dienstag, **11. April 2023, 14.00 Uhr** - bitte rechtzeitig vorher anreisen / einchecken

**Ende :** Samstag, **15. April 2023, 15.00 Uhr**

**Teilnahmegebühr:** 540,00 € ; **Frühbucher:innen** bei Anmeldung bis 15. Januar 2023: **490,00 €**

**Pensionskosten:** Vollpension, Einzelzimmer im Tagungshaus: ca. **350,00 €**

**Anmeldung:** online unter: [www.minds-on.net/kurse/anmelden/](http://www.minds-on.net/kurse/anmelden/)

**Anmeldeschluss:** **20. März 2023** (begrenzte Platzzahl - frühzeitige Anmeldung empfohlen) Mit Ihrer Anmeldung erklären Sie sich mit der Verpflichtung zur Vertraulichkeit einverstanden - bitte beachten Sie dazu unsere Anmeldebedingungen.

Nach Eingang Ihrer **Anzahlung von 100 €** erhalten Sie eine verbindliche Anmeldebestätigung und Hinweise zur Vorbereitung.

Bitte überweisen Sie die Gesamtkosten bis spätestens zum Anmeldeschluss.

**Veranstalter:** EO-Coaching , Düren: [www.eo-coaching.de](http://www.eo-coaching.de), Fon: 0177 47 96 566 minds-on,  
Josefthal: [www.minds-on.net](http://www.minds-on.net), Fon: 08026 977 978

**Details:** [www.minds-on.net/kurse/elderhood\\_2023.html](http://www.minds-on.net/kurse/elderhood_2023.html)