

Hiermit melde ich mich zur Veranstaltung „Eine neue Zeit beginnt“ verbindlich

**Teilnahmebeitrag**

Bitte hier ankreuzen:

- Mitglied der kfd 150,- €
- Nicht-kfd-Mitglied 200,- €

**Datenschutzhinweis**

Ich bin einverstanden, dass die im Rahmen einer Veranstaltung des kfd - Diözesanverband Köln e.V. weitergegebenen personenbezogenen Daten für die genannten Maßnahmen verwendet/ verarbeitet und gespeichert werden dürfen.

Vorname / Familienname \_\_\_\_\_

Straße / Hausnummer \_\_\_\_\_

PLZ / Ort \_\_\_\_\_ kfd-Gruppe \_\_\_\_\_

Telefon \_\_\_\_\_ E-Mail \_\_\_\_\_

Datum \_\_\_\_\_ Unterschrift \_\_\_\_\_

**Unterschrift (zusätzl. erforderlich)**

**Eine neue Zeit beginnt**

**Termin:** 28.08. 17:00 Uhr bis 30.08. 14:00Uhr

**Ort:** Katholisch Soziales Institut, Bergstr. 26 53721 Siegburg

**Kosten:** 150,00 € für kfd-Mitglieder 200,00 € ohne Mitgliedschaft

**Referentinnen:**

Petra Brenig-Klein, Erwachsenenbildnerin, Resilienztrainerin, geistliche Begleiterin

Cordula Paar, TRE-Providerin, Infos unter: tre-koeln.de

Sandra Montagna, Massagetherapeutin für Wellness und Prävention

Wir freuen uns auf Sie!



**Fragen zur Veranstaltung beantworten Ihnen gerne:**

**Astrid Kafsack**, Tel.: 0221/1642-1496, E-Mail: a.kafsack@kfd-koeln.de

**Astrid Mönnikes**, Tel.: 0221/1642-1557 E-Mail: a.moennikes@kfd-koeln.de

**Eine neue Zeit beginnt**

**Wege und Chancen für Frauen in Umbruchsituationen**

**Wochenendseminar**

KSI, Siegburg

KATHOLISCHE FRAUENGEMEINSCHAFT DEUTSCHLANDS



Diözesanverband Köln e.V. Marzellenstraße 32 50668 Köln

Telefon: 02 21 / 16 42-13 85 Fax: 02 21 / 16 42-19 88 E-Mail: info@kfd-koeln.de Internet: www.kfd-koeln.de

*Leidenschaftlich glauben und leben*

KATHOLISCHE FRAUENGEMEINSCHAFT DEUTSCHLANDS



Diözesanverband Köln e.V.

*Leidenschaftlich glauben und leben*

Liebe Frauen,

Der Übergang aus dem Erwerbsleben in den Ruhestand, das Lösen der Kinder vom Elternhaus, Veränderungen in Partnerschaft und Familie – diese und weitere Situationen konfrontieren uns mit äußeren und inneren Begrenzungen und fordern uns gleichzeitig zu Grenzüberschreitungen heraus.

Alle großen und kleinen Lebensübergänge sind mit Erwartungen und Hoffnungen, aber auch Zweifeln und Unsicherheiten verbunden.

Schaffe ich es, neue Wege zu gehen?

Was muss ich loslassen?

Wie entdecke ich neue Möglichkeiten?

Hilft mir mein Glaube in die neue Zeit?

Wer wird mir zur Seite stehen?

Diese und viele weitere Fragen stellen sich unweigerlich in lebensverändernden Situationen und können verunsichern und

den Wandlungsprozess belasten. In der Auseinandersetzung mit den persönlichen Fragen liegt aber schon der erste Schritt in das neue Leben.

An dem Wochenende für „Frauen in Umbruchssituationen“ entwickeln wir erste Schritte zur Entfaltung von kreativen Strategien und Perspektiven im Umgang mit neuen Lebensherausforderungen. In Einzelübungen wollen wir innehalten und auf uns und unsere Bedürfnisse hören. Im gemeinsamen Austausch wollen wir die Erfahrungen der anderen nutzen und für uns neu interpretieren. Außerdem lernen wir Entspannungs- und Selbstmassageübungen kennen.

Referentin Petra Brenig-Klein ist Erwachsenenbildnerin M.Edu, Resilienz-Trainerin und Geistliche Begleiterin. Sie begleitet seit vielen Jahren Frauen in Krisen- und Umbruchssituationen.

Wir freuen uns auf Sie!

Astrid Kafsack und Astrid Mönnikes

Fotos: pixabay.com

**Hinweis:**

Im Rahmen von Veranstaltungen ist es möglich, dass Fotos zum Zwecke der Öffentlichkeitsarbeit und für Berichte und Publikationen gemacht werden. Wir informieren Sie auf den entsprechenden Veranstaltungen.



**Kfd-Diözesanverband Köln e.V.**  
Marzellenstraße 32  
50668 Köln

*Veränderung  
steht vor  
uns*  
KATHOLISCHE  
FRAUENGEMEINSCHAFT  
DEUTSCHLANDS



Diözesanverband Köln e.V.