

Freudvoll älter werden.

Mo 11.08. ab 10.00 Uhr - Fr 15.08.25 bis 14.00 Uhr

Älter und alt zu werden hat für viele von uns etwas Beängstigendes, da es mit der Vorstellung zunehmender Einschränkungen und Beschwerden behaftet ist. Aber der Prozess des Älterwerdens bietet viele Möglichkeiten und Quellen der Kraft, um den Weg in das Alter nicht nur würdevoll, sondern auch Zufriedenheit gebend zu gestalten.

In diesem Seminar werden wir gemeinsam unsere Vorstellungen und Wünsche für einen gelungenen Lebensabend erkunden, zusammen ein Zukunftsbild entwickeln und dafür hilfreiche Ressourcen aktivieren.

- Welches Altersbild in der Gesellschaft begegnet mir?
- Herausforderungen und Geschenke im Alter
- Meine Wünsche an einen gelungenen Lebensabend
- Welche Bedürfnisse und Werte sind mir wichtig?
- Mein bisheriges Leben und meine neue Lebensphase
- Welche Herausforderungen verbinde ich mit meiner Zukunft?
- Akzeptanz, Dankbarkeit und Zufriedenheit
- Meine Reise in die Zukunft

Referentinnen:
Doris Rusteberg
Dipl.Ökonomin, Supervisorin, Coach

Asa A. Schillinger-Kind
Mag. Philosophie und Deutsche Literatur- und Sprachwissenschaft, Coach

Verantwortlich: Gaby Straßburg

Kosten:
750,00 € im EZ DU/WC inkl. ÜN/VP
580,00 € Tagesgast inkl. VP



Die Veranstaltung ist als Bildungsurlaub anerkannt in:

- Niedersachsen
- Nordrhein-Westfalen
- Baden-Württemberg

Denkhaus Loccum e.V.
Hormannshausen 6-8 Tel: 05766 9609-0
31547 Rehburg-Loccum info@denkhaus-loccum.de

www.denkhaus-loccum.de

Ich melde mich verbindlich zu folgendem Seminar an:

Ich bin damit einverstanden, dass folgende personenbezogene Daten in der EDV gespeichert und für interne Zwecke verwendet werden. Eine Übertragung an Dritte erfolgt nicht. Rechnungsrelevante Angaben werden zehn Jahre gespeichert.

Thema: BU: freudvoll älter werden
Seminar-Nr. E 099/25 **Datum:** 11.-15.08.25

Name, Vorname:

Straße:

PLZ / Wohnort:

Telefon:

E-Mail*

Geburtsdatum*

Rechnungsadresse, wenn abweichend:

**Optionale Angaben*

Zimmerwunsch und Verpflegung

- Einzelzimmer DU/WC Doppelzimmer DU/WC
 - Ich benötige ein rollstuhlgerechtes Zimmer
 - Tagesgast
 - Ich möchte vegetarisch essen (kein Aufschlag)
- Besondere Ernährungswünsche (3,00 € Aufschlag je Mittagessen und Abendessen):
- Vegan / Laktosefrei / Glutenfrei /
 - Histaminintoleranz / Sonstiges:

Zahlungsweise

- Ich möchte die Rechnung per Mail erhalten.
- Ich bin damit einverstanden, dass mein Name, meine Adresse und meine Telefonnummer in einer Liste der Teilnehmenden aufgenommen und diese Liste vor Seminarbeginn für die Bildung von Fahrgemeinschaften versandt wird.
- Ich bin damit einverstanden, dass ich E-Mails vom Denkhaus Loccum erhalte
- Ich akzeptiere die Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) des Denkhaus Loccum

Ort, Datum

Unterschrift



Online ansehen und Anmelden

Denkhaus Loccum e.V.
Hormannshausen 6-8
31547 Rehburg-Loccum

Denkhaus Loccum e.V.
Hormannshausen 6-8
31547 Rehburg-Loccum
Tel. 05766-96090
Fax. 05766-960944
info@denkhaus-loccum.de
www.denkhaus-loccum.de



Follow us:

Instagram:



<https://www.instagram.com/denkhaus.loccum.ev/>

Facebook:



<https://www.facebook.com/Denkhaus.Loccum>



Bildnachweise:
wayhome.studio- Adobe Stock
Denkhaus Loccum
Doris Rusteberg
Asa A. Schillinger-Kind



Persönlichkeitsbildung

**Bildungsurlaub:
Freudvoll älter werden**

Mo 11.08. – Fr 15.08.2025



Denkhaus Loccum e.V.
Hormannshausen 6-8
31547 Rehburg-Loccum
Telefon 05766 9609-0
Fax 05766 9609-44
info@denkhaus-loccum.de
www.denkhaus-loccum.de

www.denkhaus-loccum.de