



## JAHRESPROGRAMM 2012

**25. Februar**

### **Den Wandel im Alter verstehen**

Alte Menschen zu begleiten fordert uns heraus, denn die Geschichten des Lebens verändern sie!

Im Kurs suchen wir den roten Faden des Lebens, um die Eigenart alter Menschen verstehen zu lernen.

Wir versuchen die Veränderung im körperlichen, im seelischen und im geistigen Entwicklungsprozess wahrzunehmen.

Samstag, 9.30 – 17.00 Uhr, Fr. 120.-, plus Mittagessen

Kursort u. Anmeldung: **Propstei Wislikofen** Tel. 056 201 40 40

**30. März - 09. Nov.**

### **Der Seele Flügel geben**

Geführtes zeichnen, Meditation, Impuls

Aufatmen und jede Jahreszeit in sich aufnehmen! Sich selbst spüren, Verworrenes klären und auf den Punkt bringen.

Der Kurs eignet sich auch für eine innere u. äussere Standortbestimmung.

**Daten: 30. März, 11. Mai, 07. Sept., 09. Nov. 2012**, jeweils von 9.30-17.00 Uhr, Kosten: alle Tage Fr. 320.- (1 Tag, Fr. 90.-) plus Mittagessen

**Kursort u. Anmeldung: Propstei Wislikofen Tel. 056 201 40 40**

**05. Mai**

### **Den Menschen mit Liebe begegnen**

#### **Unsere Gefühle – unsere Körpersprache**

Menschen, die an den vielfältigen Veränderungen und Einschränkungen im Alter leiden, fordern uns heraus. Besonders anspruchsvoll kann die Begleitung von Menschen werden, die sich sprachlich nicht mehr ausdrücken können oder die unsere Worte nicht mehr verstehen.

In solchen Situationen ist Fingerspitzengefühl gefragt.

Kursziele:

- Lernen zuzuhören und auf seine Gefühle achten
- Lernen hinzusehen und Unterschiede wahrnehmen
- Alltagskomik: lassen wir uns überraschen von den humorvollen Momenten in der Begleitung!

**Samstag**, 9.30 – 16.30 Uhr, Fr. 120.-, plus Mittagessen

**Kursort u. Anmeldung: Propstei Wislikofen** Tel. 056 201 40 40

**15. September**

### **Trauer und Depression eine widersprüchliche Beziehung?**

In unserem Alltag, wird Depression oft mit Trauer gleichgesetzt. Beides tritt in ähnlichen Situationen auf

Nebst körperlichen Veränderungen machen sich im Leben und besonders im Alter unerwartet seelische Verstimmungen verschiedener Art bemerkbar.

Sind es depressive Verstimmungen, ist es Trauer oder ist es Erschöpfung?

Wie erkennen wir den Unterschied zwischen Trauer und Depression, was haben sie gemeinsam und was trennt sie?

**Samstag**, 9.30 – 16.30 Uhr, Fr. 120.-, plus Mittagessen

**Kursort u. Anmeldung: Propstei Wislikofen** Tel. 056 201 40 40