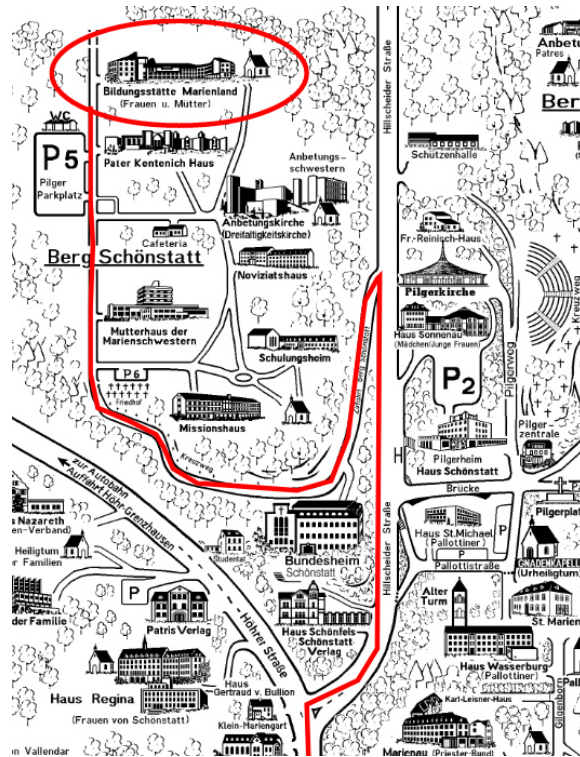


Wegbeschreibung

In Vallendar, den Schildern Schönstatt folgen.
Das Tagungszentrum Marienland verfügt über 30 kostenfreie Parkplätze in der Nähe des Hauses, der Parkplatz P5 kann ebenfalls genutzt werden.



Veranstalter:

Dekanat Andernach-Bassenheim

in Kooperation mit der
kfd im Dekanat Andernach-Bassenheim und der
Kath. Erwachsenenbildung Koblenz



Ludwig-Hillesheim-Str. 3
56626 Andernach
Tel.Nr. 02632-309790
Mail: dekanat.ndernach-bassenheim@bistum-trier.de

**Auszeit für Frauen
vom 04.-06. November 2022
,Ich schaffe das schon‘**

Ich schaffe das schon

Die aktuelle Situation ist noch immer für alle eine große Herausforderung. Die Corona-Pandemie beeinflusst unsere sozialen Kontakte, erschwert viele Prozesse im beruflichen Alltag und ist eine Verunsicherung, die uns seit zwei Jahren begleitet. Mit Beginn des Ukraine-Krieges erleben wir eine Bedrohung des Friedens, die auch Auswirkungen auf unser Leben hat.

„Ich schaffe das schon“, das ist ein Satz, der zwei Gesichter hat. Einerseits gibt es die Erfahrung, vieles bewältigen zu können und die Kräfte und Ressourcen dafür in sich selbst zu tragen. Doch andererseits braucht es auch die Anerkennung, dass ich manches nicht (alleine) schaffe und auch nicht schaffen muss. Der Austausch mit anderen Frauen kann einerseits helfen die eigenen Ressourcen zu benennen oder (wieder) zu entdecken und auf der anderen Seite die eigenen Grenzen zu akzeptieren.

Das Wochenende gibt Raum:

- aufmerksam auf den eigenen Körper zu schauen
- die eigenen Ressourcen in den Blick zu nehmen
- freundlich und freundschaftlich auf die eigenen Grenzen zu schauen
- im Austausch mit anderen Frauen Unterstützung zu erleben

Körperübungen, Begegnung mit der biblischen Botschaft, Zeit für sich im Wechsel mit Zeit in der Gruppe sind Gestaltungselemente des Wochenendes.

Termin: **04. – 06. November 2022**
Beginn: 04.11.22 um 18:00 Uhr mit dem Abendessen
Ende: 06.11.22 gegen 13:00 Uhr nach dem Mittagessen

Ort: **Haus Marienland in Vallendar**

Leitung: Birgitt Brink, Pastoralreferentin, Bibliodramaleiterin

Kosten: 99 € für Unterkunft, Verpflegung und Material

Anreise: Wir helfen Ihnen gerne, Fahrgemeinschaften zu bilden oder Mitfahrgelegenheiten zu finden.

Anmeldung bis zum 28.09.2022 beim:

Dekanat Andernach-Bassenheim
Telefon: 02632-309790
Mail: dekanat.anderach-bassenheim@bistum-trier.de

Die Teilnahme ist verbindlich mit Eingang der Teilnahmegebühr

Überweisung bitte auf folgendes Konto:

Dekanat Andernach-Bassenheim
IBAN: DE82 5765 0010 0098 0234 92
Kreissparkasse Mayen
BIC : MALADE51MYN

Zuschuss für ehrenamtliche Mitarbeiterinnen: Ehrenamtlich in den Gemeinden und Verbänden Engagierte erhalten vom Bistum einen Zuschuss. Der Eigenanteil für die Auszeit beträgt 20 €.