

Online-Angebot/ Vortrag für Frauen: Mit Begeisterung älter werden – wie kann das gelingen?

In der Entwicklung unseres Lebens ist das Älter werden ein natürlicher Schritt. Doch wie bei jeder Phase der Loslösung gehören Abschied und gleichzeitiges Sich-Neu-Finden dazu. Gemeinsam mit anderen, die in derselben Situation sind, entwickeln Sie einen aktiven Weg und suchen für sich nach ganz individuellen und passenden Antworten auf spannende Fragen wie:

- Wie definieren wir „Alt sein“ allgemein und ganz persönlich?
- Wie ist das aktuelle Gesellschaftsbild zum Thema „Älter werden und sein“?
- Welchen menschlichen Umgang erleben wir dabei?
- Wie ist meine eigene Wahrnehmung dazu?
- Welchen Handlungs- und Gestaltungsspielraum gestehe ich mir zu und wie kann ich ihn vielleicht noch besser nutzen?
- Welche Gedanken belasten mich und schränken mich möglicherweise ein?
- Wie geduldig bin ich mit mir selbst?
- Welche spannenden Themen liegen jetzt vor mir?

Referentin:

Anna Basse, zertifizierter systemischer Business-Coach und Teamcoach,
Trainerin für Integration, Ausnahme- und Krisensituationen, Königstein am
Taurus

Dauer:

60 – 90 Minuten

Hinweise zu den Online-Angeboten vom BüroF:

Die Teilnahmezahl bei allen Online-Angeboten wird begrenzt und der Anmeldeschluss ist immer einen Tag vor der jeweiligen Veranstaltung. Haben Sie Interesse, für Ihre Frauen vor Ort oder Ihre Frauengruppe ein solches Online-Angebot anzubieten?

Sie haben Fragen zu unseren Online-Angeboten?

Melden Sie sich bei uns:

E-Mail: frauen@buero-f.de

Telefon: 0611/ 15 78 60