



ANMELDUNG bis 3. September 2019

AN DAS ZENTRUM TABOR

Klostergasse 6, 88339 Bad Waldsee

Hiermit möchte ich mich zum Seminar
»Du hast **mehr** Möglichkeiten als Du ahnst« –
Oasentage für Fachkräfte Verwaltung zum Thema
»Resilienz« vom 24. bis 25. September 2019 anmelden:

NAME, VORNAME

ORGANISATION

DIENSTSTELLE

TELEFON

E-MAIL

DATUM

UNTERSCHRIFT

tabor

ZENTRUM FÜR KARITATIV-DIAKONISCHE SPIRITUALITÄT

Bildungshaus Maximilian Kolbe
Klostergasse 6, 88339 Bad Waldsee

LEITUNG Thomas Knöllner

TELEFON 07524/708 320

REFERENTIN Maximiliane Eisenmann

TELEFON 07524/708 318

SEKRETARIAT Martina Bauer

TELEFON 07524/708 316 · **TELEFAX** 07524/708 317
tabor-reute-sek@caritas-dicvrs.de, www.tabor.jetzt

BÜROZEITEN

Dienstag bis Donnerstag: 9–12.30 Uhr und 14–17.30 Uhr

ANREISE

MIT DER BAHN Bis Aulendorf, von dort mit dem Linienbus
Richtung Bad Wurzach/Leutkirch nach Reute.

MIT DEM PKW A 8 Richtung Ulm Ausfahrt »Ulm West«,
Richtung Friedrichshafen (B 30). In Gaisbeuren
Richtung Aulendorf/Reute rechts abbiegen.

Das Zentrum Tabor ist eine Kooperationseinrichtung
der diözesanen Caritasverbände in Baden-Württemberg
und der Franziskanerinnen von Reute.



DU HAST MEHR MÖGLICHKEITEN ALS DU AHNST!

Mit seelischer Widerstandskraft
(Resilienz) den Herausforderungen
des Alltags trotzen – Oasentage
für Fachkräfte in der Verwaltung
24.–25. September 2019



tabor

Zentrum für
karitativ-diakonische
Spiritualität



Das Stehaufmännchen – sicher kennen Sie diese Spielzeugfigur aus der Kinderzeit. Egal, wie sehr und wie oft es niedergedrückt wird – der tiefe Schwerpunkt und ein verborgener Mechanismus richtet es schnell wieder auf. Wäre es nicht gut, eine solche innere Aufrichtkraft auch im realen Leben zu haben?

»Resilienz« nennt die Psychologie jene innere Stärke, die uns hilft, Belastungen und Krisen zu bestehen, ja sogar gestärkt aus ihnen hervorzugehen. Wie aber kann ich solch schwierige Herausforderungen als Chance wahrnehmen und nützen? Welche Sichtweisen und Haltungen helfen mir dabei? Wie kann ich auf meine ungeahnten inneren Fähigkeiten und Möglichkeiten vertrauen und sie ausweiten? Wie kann ich Lebensenergien und Kraftquellen entdecken und freisetzen? Was hilft mir zu unterscheiden zwischen dem, was ich aktiv tun und lösen kann und dem, was ich annehmen und loslassen muss? Und was ist mit dem **MEHR** – den ungeahnten Möglichkeiten Gottes mit mir? Mit Impulsen und Übungen gehen die Teilnehmenden diesen Fragen nach. Sie sind herzlich eingeladen!

LEITUNG UND BEGLEITUNG

BIRGIT BRONNER Pastoralreferentin, Geistliche Begleiterin, Körpertherapeutin (KBT), Leiterin einer Beratungsstelle für Menschen in suizidalen Krisen

JULIA SCHÖLL Privatdozentin an der Universität Bamberg, Resilienz-Trainerin und Coach

EINGELADEN SIND

Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in karitativen Einrichtungen, die in den vielfältigen Aufgaben der Verwaltung tätig sind.

WENN SIE DIESE OASENTAGE BESUCHEN

- unterbrechen Sie Ihren Alltag und betrachten ihn aus anderer Perspektive;
- kommen Sie zur Ruhe und finden Zeit für sich selbst;
- aktivieren Sie bei Körperübungen Ihre inneren Aufrichtkräfte
- erleben Sie eine Mischung aus inhaltlichen Impulsen und spiritueller Vertiefung;
- reflektieren Sie mit anderen Ihre Erfahrungen und Erkenntnisse;
- erproben Sie Atem-, Körper-, und Entspannungsübungen;
- haben Sie die Möglichkeit, an den Gebetszeiten der Schwestern teilzunehmen;
- bekommen Sie biblische Impulse zum Thema.

ZEITLICHER RAHMEN

Beginn: Dienstag, 24.9. 2019, 9.30 Uhr (ab 9 Uhr Stehkaffee)

Ende: Mittwoch, 25.9. 2019, 16.30 Uhr

HINWEIS

Bitte bringen Sie bequeme und Ihrem Wärmebedürfnis entsprechende Bekleidung für Körperübungen sowie für den Aufenthalt in der Natur mit. Die Umgebung des Klosters lädt zu Spaziergängen, zum Joggen oder Walken ein. Beim Packen an entsprechende Kleidung denken!

TEILNAHMEGEBÜHR

320 Euro. Darin enthalten: Kursgebühr, Verpflegung und Übernachtung im Einzelzimmer

ANMELDESCHLUSS 3. September 2019

TEILNEHMERZAHL 12 bis 20 Teilnehmer

KURSANMELDUNG

Bitte melden Sie sich schriftlich und verbindlich mit dem rückseitigen Anmeldeformular per Post, Fax oder E-mail an.

ARBEITSZEIT

Diese Veranstaltung ist eine spirituelle Fortbildung. Für die Veranstaltung wird nach AVR § 10 Abs. 5 Arbeitsbefreiung unter Fortzahlung der Bezüge gewährt. Bitte sprechen Sie mit Ihrem Dienstgeber über eine Beteiligung an den Kurskosten. Für die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des DiCV gilt: die Kosten der Veranstaltung übernimmt der Dienstgeber entsprechend den Regelungen für spirituelle Fortbildungen.