

# Welche Bilder haben Sie vom Alter?

## **SEMINAR: Selbstbestimmt im Alter**

**13.9.22 von 9.00 bis 17.00 Uhr**

### **Ein Kurs für Seniorenarbeit und Seelsorge**

**In den späten Lebensjahren selbstbestimmt und in Würde zu altern, das wünschen sich die meisten Menschen**

Gerade in der zweiten Lebenshälfte gilt es, viele Entscheidungen zu treffen, die die Weichen dazu stellen, wie wir unser Alter erleben. Spiritualität kann uns dabei eine große Hilfe sein. Denn der Glaube vermittelt uns, dass wir eine unantastbare Würde haben. Zugleich lädt sie uns dazu ein, uns mit unserer Vergangenheit auszusöhnen und diese in unser Leben zu integrieren. Sie zeigt uns Wege auf, wie wir uns auch jetzt noch selbst verwirklichen und authentisch leben können.

Dazu haben Hsin-Ju Wu und P. Anselm Grün ein Buch geschrieben mit vielen praktischen Übungen, wie wir uns einüben können, selbstbestimmt im Alter zu leben.

**Es gibt zwar viele theoretische Bücher über das Altwerden, aber zu wenig praktische Hilfen und Übungen.**

Im Seminar wollen Hsin-Ju Wu und P. Anselm aufzeigen, wie wir in Seniorengruppen kreativ arbeiten können. Daher richtet sich der Kurs nicht nur an alte Menschen, die lernen möchten, sich mit den Herausforderungen des Alters auseinander zu setzen, sondern vor allem an Menschen, die mit Senioren arbeiten, für Familienangehörige, für Seelsorger und Seelsorgerinnen und Leiter und Leiterinnen von Seniorengruppen.

#### **ANMELDUNG:**

**Gästehaus Münsterschwarzach**

**Tel: 09324 / 20-203**

**gh@abtei-muensterschwarzach.de**



# SEMINAR: Selbstbestimmt im Alter

**WANN:** 13.9.22 von 9.00 bis 17.00 Uhr

**WO:** Gästehaus Münsterschwarzach

**KOSTEN:** 30.-€ (inkl. Verpflegung)

## ANMELDUNG:

Gästehaus Münsterschwarzach

Tel: 09324 / 20-203

[gh@abtei-muensterschwarzach.de](mailto:gh@abtei-muensterschwarzach.de)

## LEKTÜRE-VORSCHLAG:

Begleitend zu diesem Seminar erscheinen die beiden neuen Bücher von Pater Anselm Grün und Hsin-Ju Wu:

### Selbstbestimmt im Alter

#### Ein Praxisbuch

ISBN 978-3-7365-0456-1

22,00 €

### Selbstbestimmt im Alter

#### Arbeitsbuch

Arbeitsblätter für Übungen in Einzel- und Gruppenarbeit

ISBN 978-3-7365-0467-7

14,00 €



Anselm Grün  
Hsin-Ju Wu

## Selbst- bestimmt im Alter



Erhältlich in der Buchhandlung „Buch und Kunst im Klosterhof“ in Münsterschwarzach.