

Übergänge im Leben – verstehen, gestalten und erleben



An vier Abendspaziergängen
wollen wir unseren Übergängen
Beachtung schenken.

Übergänge wie Pensionierung, Berufswechsel, Wohnortwechsel oder Krankheiten erfordern Umgang und Bewältigung und können Chancen oder Krisen werden auf jedem Lebensweg.

Wir kennen Lebensübergänge, die quasi «unvermeidlich» zu unserer Existenz gehören, einen universellen Charakter haben, wie z.B. Konfirmation, Heirat oder Pensionierung die im Allgemeinen absehbar und planbar sind und nicht nur für das Individuum relevant sind, sondern auch vom sozialen Umfeld unterstützt werden.

Die grosse Anforderung an uns Menschen heute besteht jedoch darin, das eigene Leben individuell zu gestalten. Wir erleben dabei Ereignisse, die uns aus der Bahn werfen und verbunden und geprägt sind von starken Gefühlen. In Phasen des Überganges ist das Vertraute plötzlich in Frage gestellt, das Neue ungewiss. Vielleicht erwarten wir das was kommt, voller Hoffnung, vielleicht erschüttert es uns zutiefst.

An vier Abendspaziergängen rund um Muri-Gümligen gehen wir an Übergänge in der Natur und werden dabei dem eigenen Übergang, mit seinen Herausforderungen und Chancen, Beachtung schenken.

**Alle Veränderungen, sogar die meistersehnten,
haben ihre Melancholie.**

**Denn, was wir hinter uns lassen,
ist ein Teil unseres Selbst.**

**Wir müssen einem Leben Lebewohl sagen,
bevor wir in ein anderes eintreten können.**

Anatole France

Projektleitung: Stéphanie Schafer
Sozialdiakonie Kirchgemeinde Muri-Gümligen

Inhaltliche Leitung: Frieda Hachen
Gerontologin MAS, Seminarleiterin

Zielpublikum	Alle an Übergängen Interessierten
Datum	14.4./30.4./7.5./14.5.2020
Zeit	18.00 bis ca. 21.30 Uhr
	Start der Spaziergänge in Muri-Gümligen (genaue Angaben folgen nach Anmeldung)
	TeilnehmerInnenzahl beschränkt
Kosten	CHF 160.– (inkl. einfache Verpflegung zu Beginn der Spaziergangs) Ermässigung nach Anfrage möglich
Anmeldeschluss	14. April 2020
Hinweis	Am Dienstag, 17. Februar 2020 findet um 19.30 Uhr im Kirchgemeindehaus Muri ein Info-Abend zur Vorbereitung auf die Pensionierung statt (organisiert von der Kirchgemeinde und der Fachstelle für Altersfragen Muri b. Bern)

Weitere Fragen und Angaben erhalten Sie bei
Stéphanie Schafer, Tel. 031 950 44 41 oder stephanie.schafer@rkmg.ch

Anmeldung: Vier Abendspaziergänge; 14.4./30.4./7.5./14.5.2020

Name und Vorname _____

Adresse _____

E-Mail _____

Telefon/Natel _____ Jahrgang _____

