

# und Klarheit in den neuen Lebensabschnitt / Nr. 460

**Termin: 12. bis 14. Juli 2027**



**Zielgruppe:** Berufstätige vor dem Übergang in den Ruhestand

**Kurzbeschreibung:** Was kommt nach meinem „Berufsleben“? Wie gestalte ich einen guten Übergang für mich? Was wünsche ich mir für die neue Lebensphase? In diesem Seminar setzen wir uns nicht nur „geistig“ in Bewegung, sondern ganz bewusst auch körperlich – spielt doch das gesundheitliche Wohlbefinden eine ganz entscheidende Rolle. Inhaltlich ist Zeit, in Einzelarbeit und im Austausch Rückschau zu halten und Bilanz zu ziehen in Bezug auf die eigenen Stärken, aber auch: Was sind meine Interessen und Bedürfnisse? Was gibt mir Kraft und wofür will ich mir in Zukunft mehr Zeit nehmen? Die Bewegungsangebote laden zu einer Übernahme in den Alltag ein: wir kräftigen unsere Muskulatur, machen Atem- und Entspannungsübungen – wenn witterungsbedingt möglich in der großen schönen Gartenanlage!

**Ort:** Bildungshaus Kloster Schöntal, Schöntal

**Leitung:** Bettina Müller, Theologin, Pädagogin, Berufungsscoach WAVE®  
Sarah Kubin-Scharnowski, Bildungsreferentin

**Teilnahmegebühren:** Mitglieder 415 Euro, Nichtmitglieder 475 Euro im EZ inkl. Vollpension