

# Im Detail

# Zukunft gestalten

Mit Resilienz in die  
zweite Lebenshälte

**Die begrenzte Teilnehmerzahl in diesen Exklusivangeboten bewirkt einen hohen Lernerfolg. Impulse und Hilfen zum Transfer erleichtern Ihnen die Umsetzung Ihrer Erfahrungen und Erkenntnisse in Ihren beruflichen und privaten Alltag.**

Termine: *Freitag, 05.08. bis Sonntag, 07.08.2016*  
*Freitag, 02.12. bis Sonntag, 04.12.2016*  
Beginn: 15.00 Uhr am Anreisetag  
Ende: 13.00 Uhr am Abreisetag  
Investition: 395 Euro + 140 Euro Ü/VP im EZ

Zwei Übernachtungen inkl. Nutzung des Wellness- und Saunabereichs während Ihres Aufenthaltes. Nach Wunsch können Sie verschiedene wohltuende Anwendungen dazu buchen (siehe [www.rondo-spa.de](http://www.rondo-spa.de)).

Resilienz-Trainer: Monika Gruhl  
Hugo H. Körbächer  
Margit Bieg  
Sabine Horn  
Marita Neumann  
Martina Seth

Förderung: Resilienz-Trainings werden von vielen Institutionen des Bundes und der Länder als Bildungsurlaub gefördert. Fragen Sie uns nach Ihren individuellen Möglichkeiten oder informieren Sie sich auf unserer Website: [www.resilienzzentrum.de](http://www.resilienzzentrum.de)



**Resilienz-Trainingszentrum**  
im **Rondo Seminarhaus**  
Große Straße 30, 49459 Lembruch  
Telefon: 0 54 47/16 38  
[info@resilienzzentrum.de](mailto:info@resilienzzentrum.de)  
[www.resilienzzentrum.de](http://www.resilienzzentrum.de)



Resilienz  
Zentrum



Resilienz  
Zentrum

# Zukunft gestalten

## Das Resilienz-Training für alle, die bewusst und freudvoll ihre zweite Lebenshälfte gestalten wollen

Mit dem 50. Geburtstag verändert sich für viele Menschen der Blick aufs eigene Leben. Es wird eine Bilanz „bis jetzt“ gezogen: Häufig standen die Themen berufliche Verwirklichung und Elternschaft im Mittelpunkt. Nun dreht sich der Blickwinkel langsam hin zum „und jetzt?“. Die Karriereschritte wurden zu großen Teilen begangen – vielleicht wäre ja eine komplette berufliche Neuorientierung an der Zeit? Die Kinder sind aus dem Größten raus – endlich wieder mehr Zeit für die Partnerschaft! Was wollen wir gemeinsam weiter erleben? Die eigenen Eltern benötigen zunehmend unsere Hilfe, ein Prozess der auf allen Ebenen häufig herausfordernd ist. Und auch die eigene Rente ist plötzlich „zum Greifen nah“. Wie stelle ich mir mein Leben ohne die tägliche Erwerbsarbeit vor?

Genug Fragen also, für die es sich lohnt, Zeit und Raum zu haben, ihnen nachzugehen.

Die Resilienz-Faktoren begünstigen das **Loslassen des Vergangenen** und das **Einladen des Bevorstehenden** und unterstützen Sie beim Übergang in diesen neuen Lebensabschnitt. Ein Wochenende zum Innehalten, Sich-selbst-stärken und voller lebendiger Impulse ...!

## Unsere exklusiven Seminarangebote:

*Freitag, 05.08. bis Sonntag, 07.08.2016*

*Freitag, 02.12. bis Sonntag, 04.12.2016*

## Das erwartet Sie im Seminar:

- Sie lernen Resilienz-Faktoren kennen, die Sie speziell in der zweiten Lebenshälfte stärken.
- Sie machen eine Bestandsaufnahme: Was gilt es loszulassen, was zu bewahren?
- Sie haben Zeit, Rückschau zu halten und Bilanz zu ziehen.
- Sie erhalten vielfältige Impulse zur individuellen Gestaltung dieser Lebensphase.

## Ihr Nutzen:

- Sie erhalten Anregungen, wie Sie Veränderungen annehmen und in Ihren Lebensentwurf integrieren können.
- Sie klären Ihre Prioritäten.
- Sie wecken und aktivieren Ihre Ressourcen.
- Sie stellen die Weichen für eine erfüllte zweite Lebenshälfte.



Resilienz  
Zentrum

