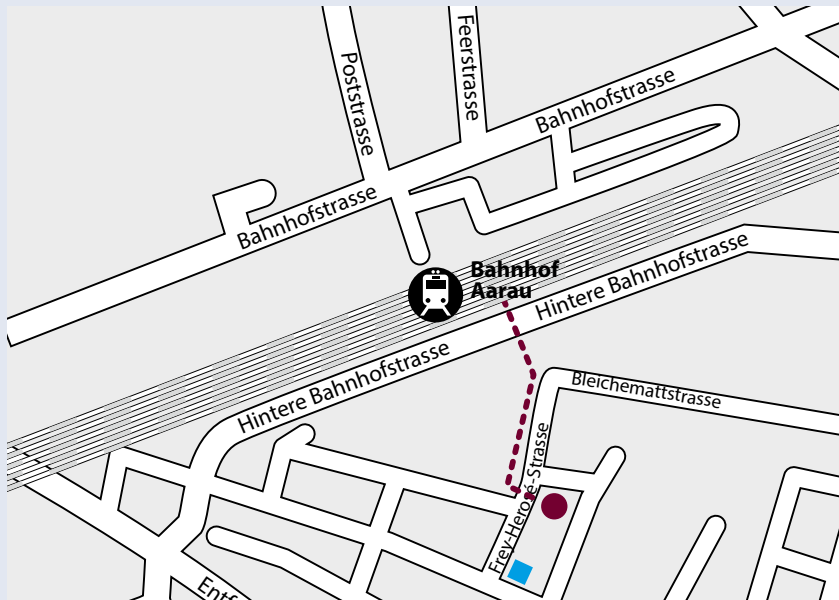




Tagungsort / Parkmöglichkeit

- Pauluskirche: Effingerweg 2, 5000 Aarau
- Parkplätze: Herosé-Strasse 25, 5000 Aarau



Weitere Auskünfte

Beauftragte für Leben 55 plus
EMK Schweiz
Heidi Schnegg-Geiser
Badenerstrasse 69
Postfach 1344
8026 Zürich

Tel.: 044 299 30 88 (Dienstag und Donnerstag)
leben55plus@emk-schweiz.ch



Leben 55 plus

Eine Fachtagung der Evangelisch-methodistischen Kirche für Menschen im reiferen Alter, Interessierte, Pfarrpersonen, Angehörige und Verantwortliche in der Arbeit Leben 55 plus

Mein Alter ist meine Chance

Wie ich eine neue Sicht für mein Leben gewinnen kann

- Frau Dr. Jutta Stahl, Fachpsychologin für Klinische Psychologie (Schwerpunkt Alter), Zürich
- Peter Gumbal, Pfarrer der EMK St. Gallen

Samstag, 14. März 2015,
ab 09.00 bis 16.00 Uhr,
Pauluskirche, EMK Aarau



Referenten und Thema

Dr. Jutta Stahl referiert über die Zufriedenheit der meisten älter werdenden Menschen – trotz vielfältiger Verluste und Belastungen: das sogenannte «Paradox des Wohlbefindens». Sie geht der Frage nach, welche Strategien hilfreich sind, um im Alter psychisch gesund zu bleiben. Im Weiteren stellt sie ein interaktives Stressmodell vor, um erfolgreiche Bewältigungsstrategien daraus abzuleiten.



Dr. Jutta Stahl

Peter Gumbal, Pfarrer der EMK Schweiz, greift die sensible Thematik auf und titelt sie mit: «Wie ich eine neue Sicht für mein Leben gewinnen kann». Alt werden wir von alleine. Dennoch ist das Älterwerden eine Chance, den persönlichen Reifeprozess zu gehen. Ist am Ende dieses Weges das Ziel ein einziges Vertrauen? Die Bibel malt uns viele verschiedene Bilder vor Augen, die zum Leben führen – ergreifen wir diese lustvollen Möglichkeiten im Experimentieren und als Chancen im Älterwerden.



Pfr. Peter Gumbal

Anmeldung und Kosten

Tagungsleitung	Beauftragte für den Fachbereich Leben 55 plus sowie ihre begleitende Fachgruppe Leben 55 plus der EMK Schweiz	
Datum	Samstag, 14. März 2015, 09.30–16.00 Uhr	
Tagungsort	Pauluskirche EMK Aarau (siehe Plan)	
Kosten	Tagungsbeitrag inkl. Mittagessen	CHF 70.–
	Tagungsbeitrag ohne Mittagessen	CHF 50.–
	Die Tagungskosten werden vor Ort eingezogen.	
Hinweis	Wenn Sie als verantwortliche Person in der kirchlichen Arbeit Leben 55 plus diesen Tag als Weiterbildung nutzen, dann empfehlen wir Ihnen, einen Antrag betr. Rückerstattung der Tagungs- und Reisekosten an Ihre Kirchenleitung oder Ihre Institution zu stellen.	

Tagungsprogramm

- Ab 9.00** Begrüssungskaffee,
Eintreffen der Teilnehmerinnen und Teilnehmer
-
- 09.30** Beginn der Tagung
-
- 09.45** **Mein Alter ist meine Chance**
Wie ich eine neue Sicht für mein Leben gewinnen kann
Referentin Jutta Stahl
-
- 11.00** kurze Pause
-
- 11.15** **Co-Referat aus spiritueller Sicht**
Referent Peter Gumbal
-
- 11.40** Plenumsdiskussion, Rückfragen an
die Referentin und den Referenten
-
- 12.30** Mittagessen im Restaurant des Seniorenheims Herosé, Aarau
-
- 14.00** Treffen im Plenumsaal zur Aufteilung in Gruppen
-
- 14.10** Interaktives Arbeiten in Gruppen anhand eines Stressmodells
-
- 15.30** kurze Pause
-
- 15.45** Ausklang im Plenumsaal
-

