



Institut für Beratung,  
Seelsorge und Coaching



Institut für Beratung,  
Seelsorge und Coaching



Institut für  
Beratung, Seelsorge  
und Coaching

#### Zielgruppe

Mitarbeitende aller Ebenen und Bereiche unter dem Dach der Marienhaus Stiftung und der Hildegard-Stiftung (interne Zielgruppe)

#### sowie

Mitarbeitende in sozialen Organisationen außerhalb der Marienhaus Stiftung und der Hildegard-Stiftung (externe Zielgruppe)

#### Veranstalter / Info

Institut für Beratung, Seelsorge und Coaching

Pallottistraße 2

56179 Vallendar

Telefon 0261 6408-400

Mobil 0151 11189190

oder [mitarbeiterberatung@marienhaus-stiftung.de](mailto:mitarbeiterberatung@marienhaus-stiftung.de)

[www.institut-beratung-seelsorge-coaching.de](http://www.institut-beratung-seelsorge-coaching.de)

SEMINAR

I can't

Du musst Dein Ändern leben!

Mittwoch, 11. Oktober bis  
Freitag, 13. Oktober 2023  
im Exerzitenhaus St. Thomas

## Du musst dein Ändern leben!

Was für eine pfiffige Umkehrung der Aufforderung: Du musst dein Leben ändern!

Da gibt es doch zuweilen diese innere Stimme, die dazu auffordert, wenn die gleichen Sackgassen des Handelns sich mehr oder weniger leidvoll auftun. Du musst dein Leben ändern, du musst mehr Sport machen, gesünder essen, weniger Überstunden machen, mehr für die Familie da sein, usw. Zuweilen scheint diese Stimme in uns nur der Widerhall dessen zu sein, was uns von außen überall entgegenönt: Selbstoptimierung und Changemanagement sind allgegenwärtig:

Werde stetig besser, schneller, optimiere dich, deinen Körper, erreiche noch diesen Level und jene Stufe der Verbesserung deines Ich. Heute schon nachgemessen, Werte geprüft, trainiert? Als wenn Leistung und Statussymbole, die das belegen, diese innere Stimme zufrieden stellen könnten? Meistens geht es ihr nämlich gar nicht um höher, schneller, weiter und besser.

Es geht eher darum, dass es vernachlässigte Wünsche und Bedürfnisse gibt, die zu wenig wahrgenommen und gelebt werden; Wünsche nach innerem Wachstum, danach, ungelebtes Leben umzusetzen, Welt und Gesellschaft mitzugestalten und zu verändern.

### Methoden

- Erfahrungs- und erlebnisorientierte Methoden der Erschließung biblischer Texte
- Angebote vertiefender Selbstreflexion
- Austausch in kleinen Gruppen und in der Großgruppe
- Spirituelle Impulse

### Termin

- Beginn: Mittwoch, 11. Oktober 2023 um 16:00 Uhr
- Ende: Freitag, 13. Oktober 2023 um 14:30 Uhr

### Referent\*innen

**Christina Hacker und Dirk Gottwald SAC**

Beraterin und Berater im Institut für Beratung, Seelsorge und Coaching der Marienhaus Stiftung [www.institut-beratung-seelsorge-coaching.de](http://www.institut-beratung-seelsorge-coaching.de)

### Veranstaltungsort

Exerzitienhaus St. Thomas, Hauptstr. 23, 54655 St. Thomas

### Veranstaltungsgebühr

**Mitarbeitende unter dem Dach der Marienhaus Stiftung und der Hildegard-Stiftung: 69,00 EUR (Ermäßigte Gebühr für Interne)**

**Mitarbeitende aller Einrichtungen und Dienste außerhalb der Marienhaus Stiftung und der Hildegard-Stiftung: 282,00 EUR (Gebühr für Externe)**

Sie erhalten nach Anmeldung eine Rechnung vom Institut für Beratung, Seelsorge und Coaching nur über diese Gebühren. Stornierungen bis 2 Monate vor Veranstaltungsbeginn sind kostenfrei möglich. Ab 2 Monate vorher sind 30 %, ab 2 Wochen vorher 50 %, ab 1 Woche vorher sind 80 % fällig.

### Übernachtung/Verpflegung

**192,00 EUR**

Die Veranstaltung ist ausschließlich nur mit Übernachtung buchbar. Übernachtung im Einzelzimmer und Vollpension im Exerzitienhaus St. Thomas werden mit der Anmeldung zum Seminar automatisch verbindlich gebucht. Diese Buchung wird sofort nach der Anmeldung vom Institut für Beratung, Seelsorge und Coaching an das Exerzitienhaus St. Thomas weitergegeben (siehe Einverständniserklärung Anmeldeformular), das dann selbst die Rechnung unmittelbar an die Teilnehmenden erstellt. Für das Exerzitienhaus St. Thomas gelten folgende Stornobedingungen: Bis 2 Monate vor Veranstaltungsbeginn kostenfrei, ab 2 Monate vorher 30 %, ab 2 Wochen vorher 50 %, ab 1 Woche vorher 80 % der gebuchten Leistungen.

### Anmeldung

Bitte bis spätestens **11. Juli 2023** mit unserem **Anmeldeformular**.

### Hinweis

Für Mitarbeitende im Geltungsbereich der AVR weisen wir darauf hin, dass auf Antrag für Exerzitien bzw. geistliche Tage Freistellungsmöglichkeit gegeben ist – vergl. § 10 (5) AT AVR.

### Teilnehmerzahl

maximal 14 Personen