



### **Wolzig, aber heiter – von der Kunst gut zu leben**

Wie komme ich zu einem gelassenen Umgang mit allen Anforderungen und Verwicklungen, die das Leben mit sich bringt?

Wie kann ich mein Leben so gestalten, dass ich nicht nur oberflächlich glücklich bin, sondern Sinn, gute Beziehungen und Selbstverwirklichung erlebe?

Was macht mich zufrieden? Was macht mich glücklich? Was hilft mir schwierige Situationen auszuhalten? Kann ich mir ein heiteres Gemüt trotz der Herausforderungen und Krisen unserer Zeit bewahren? Was ist für mich gelingendes Leben?

Mit vielfältigen Methoden aus der Biografiearbeit arbeiten wir an diesen Fragen. Dabei ist unser Ziel, das Leben im Rückblick zu verstehen, die Erfahrungen in der Gegenwart umzusetzen und daraus Perspektiven für die Zukunft zu gewinnen.

Frauen aus allen Altersgruppen sind herzlich dazu eingeladen.

**Termin:** 23 - 24. Februar 2024

**Zeitraum:** Beginn Freitag 15 Uhr  
Ende Samstag ca 17,30 Uhr

**Tagungsort:** Jugendherberge Speyer

**Referentinnen:**

Ilse Blendin, Sozialpädagogin, Trainerin für Biografiearbeit  
Christine Gortner, Sozialpädagogin, Trainerin für Biografiearbeit

**Kosten:** 110,-€ im EZ mit Dusche und WC

**Anmeldung und Information:**

Julia Stork, E-Mail [julia.stork@evkirchepfalz.de](mailto:julia.stork@evkirchepfalz.de) , Telefon 0631 3642-232

**Veranstalter:** Evangelische Arbeitsstelle Bildung und Gesellschaft, Kaiserslautern