

Ich melde mich für folgende Veranstaltung verbindlich an:

Dem Leben  
Richtung geben



Bildungshaus  
Landvolkshochschule  
Niederalteich

Hengersberger Straße 10  
D - 94557 Niederalteich  
Telefax 09901 935219

Kurs Nr. .... vom ..... bis .....  
Kurzbezeichnung der Veranstaltung .....

Vor- und Zuname .....

Straße/Hausnummer ..... PLZ/Ort .....

Telefon ..... E-Mail .....

Geburtsdatum .....

Ich wünsche eine Übernachtung  im Einzelzimmer mit WC/Dusche (Aufpreis 5,50 €/Nacht)

Ich benötige keine Übernachtung

Ich beantrage eine Ermäßigung der Kursgebühr (Nachweis liegt bei)

Mit meiner Unterschrift erkenne ich die Geschäftsbedingungen an.

Datum ..... Unterschrift .....

**Einzugsermächtigung**

Für die nebenstehende Veranstaltung erteile ich hiermit eine einmalige Einzugsermächtigung von meinem

IBAN .....

.....

BIC .....

Geldinstitut .....

Ort .....

Kontoinhaber/-in .....

Datum/Unterschrift .....

# Anmeldung

## ANMELDE- UND GESCHÄFTSBEDINGUNGEN

**Die Anmeldung erfolgt schriftlich, telefonisch oder per Internet.** Die Kursgebühr wird nach Beginn der Veranstaltung von Ihrem Konto abgebucht, darum bei der Anmeldung bitte stets die Bankverbindung angeben. Sie erhalten ca. 2 Wochen vor Kursbeginn eine schriftliche Anmeldebestätigung. Eine Absage ist bis 4 Wochen vorher kostenfrei möglich. Danach berechnen wir laut unseren Geschäftsbedingungen 12 Euro, ab 2 Wochen 25%. Bei Absage am Vortag/Tag des Seminars 100%.

**Preis:** Die im Programm aufgeführten Preise beinhalten Kursgebühr, Übernachtung und Vollpension. Die Unterbringung erfolgt im Doppelzimmer mit Dusche/WC (Einzelzimmerzuschlag: 5,50 Euro pro Person/Nacht). Vegane Kost, Unverträglichkeiten usw. nach Absprache (Aufpreis: 20%). Nähere Einzelheiten entnehmen Sie bitte unserer Homepage.



**Sie erreichen uns mit dem Auto** über die Autobahn A3, Ausfahrt Hengersberg (Nr. 111).

**Sie erreichen uns mit dem Zug** über den Bahnknotenpunkt Plattling (mit ICE-/IC-Anschluss) oder Deggendorf.

**RUF BUS Deggendorf HBF – Niederalteich:** Der Bus fährt nur Haltestellen an, für die eine Anmeldung vorliegt. Telefonische Anmeldung unter Telefon 0991 28093095 ist jeden Tag von 6:30 Uhr bis 21-Uhr möglich. Bitte frühzeitig anrufen (mindestens eine Stunde vorher). Die Fahrt kann auch online über [www.wohin-du-willst.de](http://www.wohin-du-willst.de) angemeldet werden.

**Katholische Landvolkshochschule und Bildungshaus Niederalteich e.V.**  
Hengersberger Straße 10, D-94557 Niederalteich  
Telefon 0049 (0)9901 9352-0  
Telefax 0049 (0)9901 9352-19  
[anmeldung@lvhs-niederalteich.de](mailto:anmeldung@lvhs-niederalteich.de)



[www.lvhs-niederalteich.de](http://www.lvhs-niederalteich.de)

2023

# Ü60 – Wendepunkt Ruhestand

## Tage zum Aufbruch in den dritten Lebensabschnitt



21. bis 22. Sept. 2023

## Sehr geehrte Interessent\*innen, sehr geehrte Damen und Herren!

Die Zeit rund um den Pensionsantritt bewusst gestalten – eigene Wege suchen und finden. Eigene Wege mussten wir in der Zeit der Pandemie suchen durch die Bedrohung, durch Angst, durch Unsicherheit und auch durch Trauer. In dieser bedrängenden Zeit stellte sich immer wieder Frage: was trägt, was stützt mich, wie komme ich durch?

Der Übergang in die Pensionierung ist auch eine Lebenswende. Viele sehnen die Pensionierung herbei. Kaum jemand ist darauf vorbereitet. Und gesellschaftlich gibt es keine Unterstützung für diesen Wandel. Es gibt kein Ritual, das diesen Übergang begleitet und die Ambivalenzen benennt. Das, was bisher Jahrzehnte lang gültig war, die Rollen und Aufgaben, die Verpflichtungen und Termine: alles das ist nicht mehr.

Der „wohlverdiente Ruhestand“ ist sicher eine Entlastung, Einerseits. Andererseits taucht die Frage auf: Was ist stattdessen?

Nur „Ruhe“ und freie Zeit? Und wer bin ich ohne meine beruflichen Rollen?

Welche Ziele habe ich für die „dritte Halbzeit“ meines Lebens?

Die Freiheit hat mehrere Seiten. Die Partnerschaft verändert sich schon allein durch die zur Verfügung stehende Zeit. Das Gemeinsame und das Eigene müssen neu bestimmt werden.

Für diese Themen bietet das Seminar einen Denk- und Erlebnis – Raum an. Wir bedenken gemeinsam die unbekanntere Situation des „Ruhestandes“ in diesen Zeiten.

Herzliche Einladung!

## Inhalte

- Impulse zu den verschiedenen Themen rund um die Lebenswende werden zum Nachdenken anregen.
- Wir besuchen uns selbst und lassen unsere Gedanken und Emotionen zu.
- Der besondere Ort Niederalteich lädt uns zur Besinnung und zur Stille ein.
- Wir nützen die Gelegenheit zum Gedankenaustausch.
- Wir werden gemeinsam einen Weg in der Naturgehen.

## Organisatorisches

**Beginn:** Donnerstag, 14:00 Uhr  
**Ende:** Freitag, ca. 16:00 Uhr

**Kosten:** 259 Euro  
inklusive Verpflegung im  
DZ/DU

### Bitte mitbringen:

- Wanderschuhe
- passende Kleidung
- Notizbuch um die eigenen Gedanken und Ideen festzuhalten



### Referent:

Dr. Franz Lummer  
Dipl. Theologe,  
Ehe-, Familien- und  
Lebensberater  
Supervisor, Coach

*In Kooperation mit den Referaten  
Seniorenseelsorge und Männerseelsorge  
im Bistum Passau.*