

Ausrichter

Frauenteam
Gelsenkirchen- Buer

Veranstalter



als Regionalstelle der



Organisatorisches

Verantwortliche Leitung:

Sarah Dregger
Bildungsreferentin;

Referentinnen:

Marion Ludwig und Frauenteam
Ehrenamtliche Mitarbeiterinnen BKE

Seminarbeginn:

Samstag 09. 11. 2024 10.00 Uhr

Seminarende:

Samstag 09. 11. 2024 16.00 Uhr

Adresse:

Gemeindehaus Apostelkirche
Horster Str. 35
45897 Gelsenkirchen

BKE

Blaues Kreuz in der Evangelischen Kirche
Landesverband NRW e.V.

Mathiasstr. 13 | 44879 Bochum

Tel.: 0234 490427 |

E-Mail: info@bke-nrw.de | Web: www.bke-nrw.de



SUCHTSELBSTHILFE
BKE



***Du kannst nur
loslassen, was du
angenommen hast?!?***

***Frauengesprächskreis
Ruhr***

09. November 2024



***Evangelische Familien-
und Erwachsenenbildung***



www.bke-nrw.de

Wenn ich loslasse, was ich bin, werde ich, was ich sein könnte. Wenn ich loslasse, was ich habe, bekomme ich was ich brauche.

Laotse

Um bereit für etwas Neues in unserem Leben zu sein, ist es wichtig Altes loszulassen - Denn nur durch das Loslassen, können wir in unserem Leben weitergehen und neue Erfahrungen machen.

Wenn wir allzu sehr an unserer Vergangenheit hängen, ist es so, als ob wir tief in unserem Innersten einen Kampf ausfechten würden: einen Kampf, um das was einmal war und uns verletzt, gedemütigt, traurig etc. gemacht hat.

Etwas Schmerzhaftes anzunehmen oder zu akzeptieren ist eine der schwersten Aufgaben überhaupt, denn es bedeutet, sich dem Erlebten zu stellen und gegebenenfalls den Schmerz noch einmal spüren zu müssen. Indem du dich aber deinem Vergangenen Schmerz stellst, kannst du dich weiterentwickeln und hältst nicht länger an den vergangenen Ereignissen fest.

Denn:
Alles was wir nicht loslassen, hat immer weiter einen großen Einfluß auf unser Leben



Im geschützten Rahmen dieses Gesprächskreises können wir

Wir uns folgenden Fragen stellen:

- Fällt es manchmal schwer die Vergangenheit loszulassen?
- Gibt es ein Ereignisse in der Vergangenheit, die bisher nicht akzeptiert und angenommen sind?
- Gibt es Themen im Leben bei denen noch Widerstand zu spüren ist?

Wir können uns also gemeinsam auf die spannende Reise der Selbsterkenntnis begeben.

... und nun nichts wie los und anmelden!

Teilnahmegebühr: 6,00 €
Wird vor Ort eingesammelt

Anmeldung per Mail an
bke-
suchtselbsthilfe.de/veranstaltungen

Beratung

S.Dregger

Mail s.dregger@bke-nrw.de

Tel 0234 33848477

Anmeldeschluss 25. 10. 2024