

Angebote Januar

Weitere Infos:

www.bistummainz.de/pastoralraum/dreieich-isenburg



Friedensmeditation – online

sonntags 20.30 – 20.55 Uhr

Beitragen zu heilsamer Entfaltung unseres Lebens und unserer Welt.

Anmeldung jeweils bis freitags per Mail.

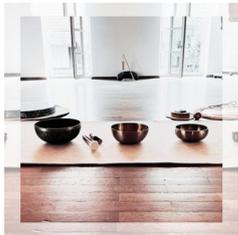


Das neue Jahr segnen

6.1., 18 – 19.30 Uhr, Winkelsmühle, Dreieichenhain

Stellen wir das neue Jahr unter Gottes Segen und Schutz.

Anmeldung bis 2.1.



Klangreise „Achtsam ins neue Jahr“

13.1., 18.50 – 20 Uhr, Winkelsmühle Dreieichenhain

Corinna Anger führt Sie mit meditativen Klängen zu tiefer Entspannung.

Mit Achtsamkeitsübungen – auch für zu Hause.

Anmeldung bis 9.1. Kosten: 10 €



Pflegende Angehörige: Ressourcenkoffer packen

20.1., 18 – 19.30 Uhr, Winkelsmühle, Dreieichenhain

Einen „Ressourcenkoffer packen“: gestärkt ins neue Jahr gehen.

Anmeldung bis 16.1.



Austausch und Meditation

30.1., 16 – 17.30 Uhr, Winkelsmühle, Dreieichenhain

Austausch + Meditation.

Anmeldung bis 28.1.



Persönliches Gespräch

In Trauer, einer Krise, zur Orientierung und Entscheidungsfindung

kann ein seelsorgliches Gespräch wohl tun, verarbeiten helfen,

Klarheit fördern, Hoffnung stärken.

Die Angebote sind kostenfrei.

Anmeldung: seniorensorge-pfau@kath-dreieich.de oder 06154 – 608566
Veranstalter: Gemeindereferentin Judith Pfau, Pastoralraum Dreieich-Isenburg



© Bild. J. Pfau

Das neue Jahr segnen

Montag, 6. Januar, 18 – 19.30 Uhr

Familienzentrum „Die Winkelmühle“
An der Winkelmühle 5, 63303 Dreieichenhain

Stellen wir das neue Jahr
unter Gottes Segen und Schutz.

Es tut gut zu segnen, „Gutes zu sagen“,
und damit auch Gutes zu bewirken,
denn unsere Gedanken und Gefühle haben Kraft,
und sind im Verbund mit den himmlischen Kräften
ganz besonders wirksam.

Auch im Lauf des Jahres können wir achtsam beobachten,
ob es uns mehr und mehr gelingt,
segnend – Gutes denkend und fühlend – durch die Welt zu gehen.

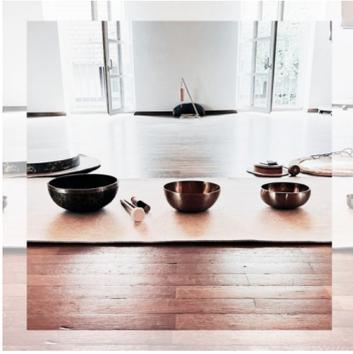
Bringen Sie Ihre Anliegen mit, Ihre Lebenssituation.
Stellen wir uns, unsere Lieben, unser Leben ins Licht.

Die Veranstaltung ist kostenfrei.

Anmeldung bis 2.1. an

seniorensorge-pfau@kath-dreieich.de oder T. 06154-608566

Veranstalter: Gemeindereferentin Judith Pfau,
Pastoralraum Dreieich-Isenburg,
in Kooperation mit der Regionalen Diakonie Dreieich-Rodgau



© Bild. C. Anger

Klangreise

„Achtsam ins neue Jahr“

Montag, 13. Januar, 18.50 – 20 Uhr

Familienzentrum „Die Winkelmühle“
An der Winkelmühle 5, 63303 Dreieichenhain

Zunächst wollen wir im Hier und Jetzt ankommen –
mit kleinen Achtsamkeitsübungen,
die sich auch einfach in den Alltag integrieren lassen.

Anschließend üben wir, Anspannung loszulassen
und genießen eine große Klangreise: Begleitet u.a. von
Klangschalen, Gong, Ocean Drum, Windspiel und Zimbeln
lauschen wir einem Märchen vom Wandel, Wachsen und Werden.

Je nach persönlicher Vorliebe ist die Teilnahme
im Sitzen oder Liegen möglich.

Wer liegen möchte, bringt bitte eine Matte mit.
Empfohlen wird bequeme Kleidung
und gerne auch eine leichte Decke,
damit der Körper während der Entspannung
schön warm bleibt.

Durch die Klangreise führt **Corinna Anger**,
ausgebildet in Klangreise und Klangmeditation.

Kosten: 10 €

Anmeldung bis 9.1. an

seniorensorge-pfau@kath-dreieich.de oder T. 06154-608566

Veranstalter: Gemeindereferentin Judith Pfau,
Pastoralraum Dreieich-Isenburg,
in Kooperation mit der Regionalen Diakonie Dreieich-Rodgau



© Foto: J. Pfau

Pflegende Angehörige **Einen Ressourcenkoffer packen**

Montag, 20. Januar, 18 – 19.30 Uhr

Familienzentrum „Die Winkelsmühle“,
An der Winkelsmühle 5, 63303 Dreieich – Dreieichenhain

Um gut durch das neue Jahr zu kommen und dabei in der eigenen Kraft zu bleiben und gut für sich zu sorgen, nehmen wir Möglichkeiten in den Blick, die Resilienz zu stärken.

Wir „packen einen Ressourcenkoffer“ – erkunden, probieren aus, und Sie nehmen mit, was für Sie passt.

Sie sind willkommen, wenn Sie selbst Angehörige (oder auch Freunde) pflegen – *für Angehörige von Demenzkranken besteht ein anderes spezielles Auszeit-Angebot in Dreieich* –, sich eine kleine Pause gönnen möchten, um sich mit Menschen in vergleichbaren Situationen auszutauschen.

Das Angebot ist kostenfrei.

Anmeldung bis 16.1. an
seniorensorge-pfau@kath-dreieich.de oder T. 06154-608566

Veranstalter: Gemeindereferentin Judith Pfau,
Pastoralraum Dreieich-Isenburg,
in Kooperation mit der Regionalen Diakonie Dreieich-Rodgau



Foto: J. Pfau

Aufbruch in den Ruhestand

**freitags, 10., 17., 24. + 31.1.25
16 – 17.30 Uhr**

Begegnungsstätte Winkelmühle
An der Winkelmühle 5, 63303 Dreieichenhain

Ob Ihr „Ruhe-stand“ / Ihre Pension bevor steht oder Sie schon darin leben:
Hier können Sie für sich und im Austausch mit anderen erkunden,
wie diese Lebensphase zu einer wundervollen Zeit werden kann.

10.1. Aufbruch – wohin?

Was macht Ihr Leben sinnvoll und kostbar?
Impulsfragen wecken auf.

17.1. Alter + Gesundheit

Geschenkte Lebenszeit – Eigenständigkeit erhalten.
Ein Perspektivenwechsel.

24.1. Engagement hält fit

Kompetenzen, Ideen und sich selbst einbringen, um Leben zu fördern.
Ein Überblick über (ungeahnte) Möglichkeiten im Freiwilligen Engagement.
Referentin: Patricia Goetz, Regionale Diakonie Dreieich-Rodgau

31.1. Lebens-wert leben

Zufriedener Ausblick, persönliches Resümee:
Das bewegt mich, das kann ich bewegen –
bis zuletzt sinnerfüllt leben!

Das Seminar ist kostenfrei.

Anmeldung bis 7.1. an

seniorensorge-pfau@kath-dreieich.de oder T. 06154-608566

Veranstalter: Gemeindereferentin Judith Pfau,
Pastoralraum Dreieich-Isenburg,

in Kooperation mit der Regionalen Diakonie Dreieich-Rodgau