

Angebote November

Weitere Infos:

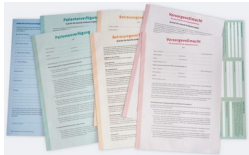
www.bistummainz.de/pastoralraum/dreieich-isenburg



Friedensmeditation – online

sonntags 20.30 – 20.55 Uhr (außer 17.11.)

Beitragen zu heilsamer Entfaltung unseres Lebens und unserer Welt.
Anmeldung jeweils bis freitags per Mail.



Die letzten Dinge regeln **ONLINE**

4.11., 18 – 20 Uhr Patientenverfügung / Vollmachten

Formulare beim Verlag oder Pfarrbüro Sprendlingen / Dreieichenhain

18.11., 17 – 20 Uhr Testament (Rechtsanwalt von Knorre)

25.11., 18 – 20 Uhr Bestattung (Bestatterin Szymura-Laux)

Anmeldung bis 1.11. / 14.11. / 22.11.

© Bild: Lothar-Fietzek-Verlag

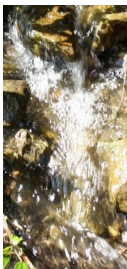


Austausch und Meditation

7.11., 16 – 17.30 Uhr, Winkelsmühle, Dreieichenhain

Austausch + Meditation.

Anmeldung bis 5.11.

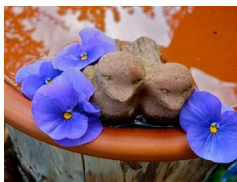


Gesund bis ins Alter – Selbstheilungskräfte stärken (Seminar)

freitags **8., 22. und 29.11.**, 16 – 17.30 Uhr

Gemeindezentrum St. Johannes, Dreieichenhain

Anmeldung bis 6.11.



Pflegende Angehörige

28.11., 16 – 17.30 Uhr, Winkelsmühle, Dreieichenhain

Ich kann (bald) nicht mehr... - was tun???

Anmeldung bis 26.11.



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: Gemeindeferentin Judith Pfau, Pastoralraum Dreieich-Isenburg



Die letzten Dinge regeln

Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht, Testament, Bestattung

4., 18. und 25. November

ONLINE

Vorsorge entlastet alle Beteiligten – wir unterstützen Sie dabei!

**Montag, 4.11, 18 – 20 Uhr: Patientenverfügung,
alle Vorsorgeverfügungen fertig stellen!**

Gemeindereferentin Judith Pfau und
Rechtsanwalt Karl-Friedrich von Knorre
gehen konkrete Formulare mit Ihnen durch.

Das Vorsorgepaket (Formulare + Begleitheft) erhalten sie beim
Lothar-Fietzek-Verlag: lf-verlag@wir-packens.de, Tel. 02104-9377526
und in den Pfarrbüros St. Marien (Dreieichenhain)
und St. Stephan (Sprendlingen).

Anmeldung bis 1.11.*

Montag, 18.11., 17 – 20 Uhr: Testament

Rechtsanwalt Karl-Friedrich von Knorre, Fachanwalt für Erbrecht,
informiert über Ihre Möglichkeiten und gesetzliche Regelungen.

Anmeldung bis 14.11.*

Montag, 25.11., 18 – 20 Bestattung

Bestatterin Silke Szymura-Laux informiert
rund um das Thema Beerdigung
und beantwortet Ihre Fragen.

Anmeldung bis 22.11.*

***Anmeldung** an: seniorensorge-pfau@kath-dreieich.de

Der link wird Ihnen jeweils rechtzeitig zugesandt.

Jede Veranstaltung kann einzeln besucht werden.

Die Angebote sind kostenfrei.

© Bild. J. Pfau



Pflegende Angehörige: „Ich kann (bald) nicht mehr – was tun???“

Donnerstag, 28. November, 16 – 17.30 Uhr

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

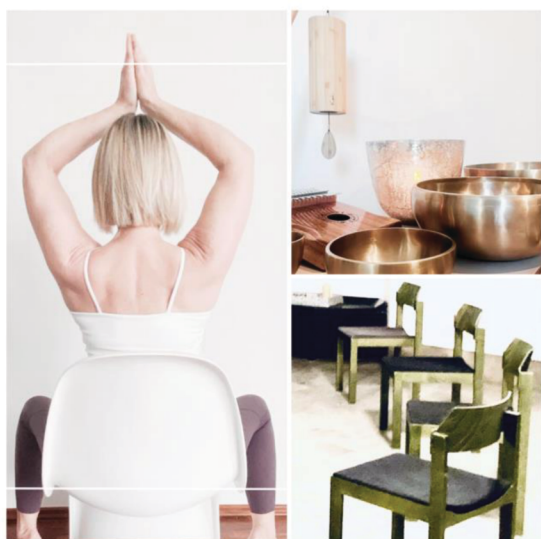
Wer Angehörige pflegt,
stellt oft eigene Bedürfnisse hinten an.
Das mag für eine Zeit gesund gelingen,
doch wo Erholung und Selbstfürsorge
lange zu wenig Raum bekommen,
kann sich ein Gefühl von Ausbrennen einschleichen –
zuerst kaum erkannt, und später nur schwer wieder ausgleichbar.

Wir lernen Resilienz-Faktoren kennen,
die jede/r passend für sich umsetzen kann.

Die Veranstaltung ist kostenfrei.

Anmeldung bis 26.11. 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



5x ChairYoga & Klangentspannung

montags 17 bis 18 Uhr
28.10./ 04.11./ 25.11./ 2.12. / 9.12.
St. Franziskus Kirche, Bahnhofstr. 218
63263 Neu-Isenburg

In der Gemeinschaft einer festen Gruppe Yoga auf und mit dem Stuhl üben: Mit Atem- und Augenübungen sowie sanften Körperübungen für Koordination, Gleichgewicht, Dehnung und Kräftigung – und einer abschließenden Klangentspannung.

Empfohlen werden bequeme, bewegungsfreundliche Kleidung, rutschfeste Schlappchen/Socken/Turnschuhe sowie eine leichte Decke für die Endentspannung.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich – wer sich unsicher ist, fragt vorher seine Ärztin oder seinen Arzt.

Kursleitung: Corinna Anger (Senioren-Yoga Übungsleiterin, ausgebildet in Klangreise und Klangmeditation)

Kosten: 30 € (bitte bar mitbringen)

Anmeldung bis 26.10. an Tel.: 06154-608566
oder seniorensorge-pfau@kath-dreieich.de

Veranstalter: Pastoralraum Dreieich-Isenburg