

## Termine

3. und 4. Juni 2023

## Ort

Kloster Jakobsberg, Ockenheim/ Bingen

## Kosten

100 Euro pro Paar  
für Übernachtung und Verpflegung

## Anmeldung

[www.bistummainz.de/polizeiseelsorge](http://www.bistummainz.de/polizeiseelsorge)  
unter: > aktuell > Termine

**Begleitet werden Sie von den  
Paarberatern und  
Ehereferenten  
(Team F)**

**Erika Hase**  
(Erzieherin)

**Hans-Ludwig Hase**  
(PHK a.D.)



**Für Fragen alle anderen Fragen**

Markus Reuter

Polizeiseelsorger

[markus.reuter@polizeiseelsorge.org](mailto:markus.reuter@polizeiseelsorge.org)

0151 14632846



Bild: Pexels auf Pixabay

**Polizeiseelsorge**  
**Rheinhessen-Nahe**



## Workout Ehe

*Fitnessstraining  
einmal anders...*

**Angebote für Paare**



# Ein Seminar für Paare vom 3. bis 4. Juni 2023

## Eine Ehe ist eine Reise ins Ungewisse, eine Herausforderung!

Es gilt immer wieder neue Etappen gemeinsam zu planen und zu bewältigen. Egal, ob man am Start steht oder schon viele Tage hinter sich hat, für dieses Abenteuer sollte man fit sein. Viele Ehen und Beziehungen leiden nämlich an Routine und Langeweile: Wo sind sie hin, die großen Gefühle?

Wenn Entspannung, Freude und Beziehung auf der Strecke bleiben!

Wenn 24h am Tag nicht reichen um allen gerecht zu werden!

Wenn alles unter Zeitdruck geschieht und das Besondere nicht mehr erlebt werden kann, ..... dann freuen wir uns auf euch bei diesem Seminar.

Wollt ihr den vielfältigen Herausforderungen in Ehe und Familie im Spannungsfeld des Alltags gerecht werden und euch dabei als Liebes-

paar/Pair nicht verlieren?

Dann lasst uns gemeinsam schauen:

- Wie sieht euer Alltag aus?
- Was treibt euch an?
- Welche "Lebenssäulen" bedient ihr?
- Entscheidungen treffen, Prioritäten setzen!- Träume, Wünsche, Ziele für unsere Ehe und Familie!

## Emotionale Intelligenz!

Warum funktionieren manche Beziehungen ein Leben lang, während bei anderen der Zeitzähler zu ticken scheint?

Was eine Beziehung funktionieren lässt, ist erstaunlich einfach. Glückliche in Beziehung lebende Paare sind nicht klüger, reicher oder psychologisch raffinierter als andere. Sie haben eine Dynamik entwickelt die verhindert, dass die negativen Gedanken die positiven

Gedanken überdecken! Je besser sich ein Paar versteht, ehrt und respektiert, desto größer ist die Chance bis ans Lebensende glücklich zu bleiben.

Glückliche Beziehungen gründen auf einer tiefen Freundschaft!

Lasst uns als Paar in entspannter Atmosphäre:

- dieser emotionalen Intelligenz "nachspüren"
- unseren Partner/unsere Partnerin "verstehen" lernen
- Emotionalität nicht als Bürde, sondern als Geschenk zu betrachten
- Katastrophen als kleine Zwischenfälle zu werten und
- darauf achten, dass aus kleinen Zwischenfällen niemals Katastrophen werden

**Wir freuen uns auf die Zeit mit euch auf dem Jakobsberg!**