

# Und Jetzt?



**Samstag, 5. Juli 2014, 10.00 Uhr bis  
Sonntag, 6. Juli 2014, 16.00 Uhr**

## Ein Workshop für Menschen 60plus über Träume und Realitäten des dritten Alters

Wir leben im Wohlstand und im Land  
der tausend Möglichkeiten.  
Der Rückzug aus dem Erwerbsleben  
steht bevor oder ist schon erfolgt.

Und Jetzt?  
Welche Möglichkeiten wollen wir im  
Herbst und Winter des Lebens ergrei-  
fen?  
Welche können wir ergreifen?  
Was lassen wir los?  
Was wollen wir vertiefen?  
Wie wollen wir leben?

Impulse, Reflexion, Werkzeuge, Ge-  
spräche und gemeinsames Tun in  
Haus und Natur prägen das Wochen-  
ende.

Das Angebot richtet sich an Menschen  
60plus, die gemeinsam die Chancen  
und Risiken, die Freuden und Leiden,  
die Träume und Realitäten des dritten  
Alters ausloten wollen.

Erwünscht ist die Teilnahme mit der  
Haltung des Fragens und ausprobie-  
rens, des Teilens und Mitteilens.

### Leitung

Urs Becker, Mediator SDM und  
Coach, [www.ursbecker.ch](http://www.ursbecker.ch)

Stefanie Schär, Ausbildnerin und Bio-  
grafiebegleiterin,  
[www.biografie-werkstatt.ch](http://www.biografie-werkstatt.ch)

### Absender/in

Vorname

Name

Strasse

PLZ / Ort

Telefon / Email

Bitte  
frankieren

**Herzberg**  
**Haus für Bildung und Begegnung**  
CH-5025 Asp ob Aarau

## Methode

Biografiearbeit nach Gudrun Burkhard,  
Visionsentwicklung nach F. Glasl, Impulse aus der  
Gehirnforschung, LandArt, Körperübungen (aus  
Yoga, Pilates und Bioenergetik), Schreibwerkstatt.

## Kurskosten

SFr. 150.-

## Übernachtung und Vollpension

|                     |            |
|---------------------|------------|
| Einzelzimmer/Lavabo | SFr. 117.- |
| Doppelzimmer/Lavabo | SFr. 97.-  |
| Einzelzimmer/Dusche | SFr. 147.- |
| Doppelzimmer/Dusche | SFr. 117.- |
| Matratzenlager      | SFr. 72.-  |

## Annullations

Bis 1 Monat vor Beginn keine Annullationskosten,  
danach SFr. 150.-, ab 10 Tagen vor Kursbeginn  
wird das Kurshonorar fällig und 50 % der VP-  
Kosten.

**Anmeldeschluss** ist der 1. Juni 2014.

Die Kursbestätigung erfolgt 10 Tage vor  
Kursbeginn.



CH-5025 Asp ob Aarau  
062 878 16 46  
www.herzberg.org  
info@herzberg.org

## Anmeldung

**Und Jetzt? - in Workshop für Menschen 60plus, 5. bis 6. Juli 2014**

Anzahl Personen: .....

### Zimmer Pro Person / inkl. Vollpension

- ☐ Einzelzimmer mit Lavabo SFr. 117.-  
☐ Einzelzimmer mit Dusche SFr. 147.-  
☐ Doppelzimmer mit Lavabo SFr. 97.-  
☐ Doppelzimmer mit Dusche SFr. 117.-  
☐ Matratzenlager SFr. 72.-

Vegetarisches Essen: ☐

Datum

Unterschrift

.....