



Lebenskunst-Abend

mit dem Diplom-Psychologen Werner Hübner aus Köln zum **Umgang mit der Zeit**

„Mein Leben als letzte Gelegenheit!“

Vortrag mit Gespräch

Dienstag, 03. Mai 2011, 19.00 Uhr
Wappensaal im Rathaus Niederzissen (3. Stock)

Alle Menschen haben gleich viel Zeit, denn für jeden hat der Tag 24 Stunden. Trotzdem ist die Einschätzung jedes Einzelnen, wie viel Zeit er hat, sehr verschieden, weil jeder die Zeit individuell verschieden nutzen wird oder kann. Die Angst "etwas zu versäumen", lässt uns das Leben möglicherweise beschleunigt, hastig, panisch leben.

Alles vergebens? Was ist meine Zeit? Wie verbringe ich meine Zeit? ...

➔ **Inhaltlich** geht es darum zu lernen,

- sich Zeit zu nehmen, Zeit zu sparen – ein ganz persönliches Zeitmanagement zu entwickeln
- gelassener zu werden – mehr als ein guter Vorsatz
- Das Leben ist Balance – die eigene Vielseitigkeit zu entdecken
- Das Wesentliche gehört mir – ganz in der Zeit zu sein
- Thema Endlichkeit – Abschied zu nehmen, Abschied zu geben

Ein vertiefendes **Tages-Seminar zum Umgang mit der Zeit** soll sich dem Vortrags- und Gesprächsabend anschließen.

Am **Samstag, 28. Mai 2011, 10 – 17 Uhr** findet das Seminar im kath. Pfarrheim Niederzissen, Horststr. 35 statt. Hierbei ist die Teilnehmerzahl auf 12 Personen begrenzt. Bitte beachten Sie, dass die zeitliche Reihenfolge der Anmeldungen gilt.

Schriftliche Anmeldungen bitte an: Ane Masen, Büro für Jugendpflege und kommunale Gleichstellung der Verbandsgemeinde Brohltal, Kapellenstr. 12, 56651 Niederzissen.

Mit **Rückfragen** wende Sie sich bitte an Ane Masen per Telefon 02636 – 9740 215 oder per Email an christiane.masen@brohltal.de.

Veranstalter: Büro für Jugendpflege und kommunale Gleichstellung der Verbandsgemeinde Brohltal

