



Lebenskunst-Nachmittag

mit dem Diplom-Psychologen Werner Hübner zum

Umgang mit der Zeit

„Dieses Leben als letzte Gelegenheit?“

Vortrag mit Gespräch

Freitag, 20. Mai 2011, 17.00 Uhr

**Begegnungsstätte Keltershof, Köln-Sürth
Zum Keltershof 22 – 24 (hinter St. Remigius)**

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 dann möglicherweise beschleunigt, hastig, panisch leben.

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

→ **Inhaltlich** kann es darum gehen

- sich Zeit zu nehmen, Zeit zu sparen – ein ganz persönliches Zeitmanagement zu entwickeln
- gelassener zu werden – soll mehr als nur ein guter Vorsatz werden
- 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.

Es lädt ein:

Begegnungsstätte Keltershof, Köln

Eintritt frei.