

Im Wandel der Zeit

Für Frauen ab 40 Jahren



**Die Zeit verwandelt uns nicht,
sie entfaltet uns nur.** Max Frisch

**Freitag bis Sonntag
8.-10. September 2017**

Inhalt

Wie dirigiere ich mein Hormonorchester zu einer klangvollen Melodie? In mehreren kurzen Blöcken wird auf die häufigsten Beschwerden der Wechseljahre eingegangen. «Nass und trocken», «müde und schlaflos», «hoch und tief».

Wie nehme ich meinen Körper als Klangkörper wahr? Unsere eigene Stimme erklingen zu lassen und sie im gemeinsamen Singen mit anderen zu einem Ganzen zu verbinden, weckt Lebensfreude und Wohlbefinden. So kann Gesang zu neuem Körperbewusstsein führen und zur weiteren Entfaltung beitragen.

«Die Gott suchen, denen wird das Herz aufleben.» Psalm 69,33
Es ist ein inneres Gebot des Menschengestes, dass wir Suchende bleiben. Unsere Fragen sollen uns zu Suchenden machen, unsere Sehnsucht zu Liebenden. So lebt unser Herz auf und wir werden zu Staunenden.

Der Austausch untereinander ermöglicht ein erweitertes Denken und Empfinden. Am Sonntag feiern wir mit der Community einen Gottesdienst. Es besteht auch die Möglichkeit, an den Tagzeitengebeten von Don Camillo teilzunehmen.

Leitung

Rebecca Zimmermann, Gesangspädagogin und Chorleiterin, Don Camillo
Barbara Weiss, Coach Kontemplation & Beratung, Community Don Camillo
Gesa Otti, Frauenärztin am Inselspital Bern

Organisatorisches

Beginn: Freitag, 8. September 17 mit dem Abendessen (18.30 Uhr)
Gerne darf frau schon ab 16 Uhr anreisen
Ende: Sonntag, 21. Februar 2016 nach dem Mittagessen
Kosten: Fr. 182.00 pro Person für Vollpension im Doppelzimmer,
Zuschlag Einzelzimmer: Fr. 30.00
Kurskosten: Fr. 100.00 pro Person

Anmeldeschluss: 18. August (spätere Anmeldung auf Anfrage möglich)
Die Annullierungsbedingungen finden Sie auf unserer Homepage.



Anmeldung

Community Don Camillo Montmirail
2075 Thielle-Wavre
Tel. 032 756 90 00
Fax 032 756 90 01
Mail: info@montmirail.ch
www.montmirail.ch