

## Programm

### Montag, 5. September 2022

- 14:30 Uhr Anreise, Kaffee und Kuchen
- 15:00 Uhr ... und wenn es noch nicht gut ist...
- 18:00 Uhr Abendessen
- 19:00 Uhr **Workshops 1 – 3**

### Dienstag, 6. September 2022

- 8:15 Uhr Frühstück
- 9:00 Uhr Fortsetzung **Workshops 1 – 3**
- 12:00 Uhr Mittagessen
- 14:30 Uhr Kaffee und Kuchen
- 15:00 Uhr Fortsetzung **Workshops 1 – 3**
- 17:45 Uhr Kurzplenum  
**Abschluss Workshops 1 – 3**
- 18:00 Uhr Abendessen
- 19:00 Uhr **Das Leben feiern**  
Wir planen und feiern ein Lebensfest mit Musik, Ritualen, Spiel und Spaß. **Es wird gelingen!**

### Mittwoch, 7. September 2022

- 8:15 Uhr Frühstück
- 10:00 Uhr **Klangfarben des Lebens**  
mit Jutta Hollenbach
- Spaziergang rund um Werdenfels mit NEUEM Blickwinkel** mit Renate Möllmann
- Freiraum für mich**
- 12:00 Uhr Mittagessen
- 13:30 Uhr **Workshops 4 – 6**
- 15:00 Uhr Kaffee und Kuchen
- 15:30 Uhr Fortsetzung **Workshops 4 – 6**
- 18:00 Uhr Abendessen
- 19:30 Uhr Fortsetzung **Workshops 4 – 6**

### Donnerstag, 8. September 2022

- 8:15 Uhr Frühstück
- 9:00 Uhr Fortsetzung **Workshops 4 – 6**
- 11:00 Uhr **Abschlussplenum**
- 12:00 Uhr Mittagessen und Abreise

## Organisatorisches

**Teilnahmebeitrag: 260 Euro**

**Pension: 195 Euro EZ mit Dusche**  
**180 Euro EZ mit Etagedusche**  
jeweils incl. Verpflegung.

**Anmeldung bis 6. August 2022** (mit Angabe der Workshops) im Haus Werdenfels unter:

[www.haus-werdenfels.de](http://www.haus-werdenfels.de) oder  
[anmeldung@haus-werdenfels.de](mailto:anmeldung@haus-werdenfels.de)

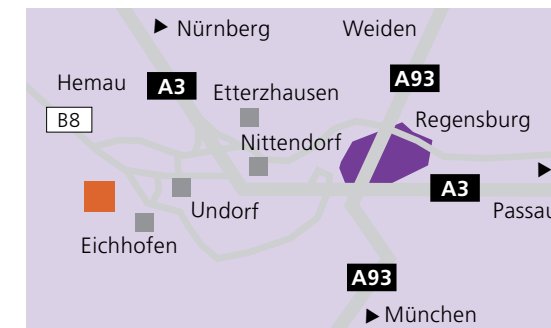
Die Werkwoche Biografiearbeit ist eine Kooperationsveranstaltung von LebensMutig – Gesellschaft für Biografiearbeit e.V. und dem Haus Werdenfels in Nittendorf

### Organisation & Leitung:

Elisabeth Paukner, Stellvertretende Leitung Haus Werdenfels,  
Susanne Hölzl, Vorsitzende von LebensMutig und Gesine Hirtler-Rieger, Lehrtrainerin für Biografiearbeit nach LebensMutig e.V.

### Anmelde- und Geschäftsbedingungen

Bei einer Absage nach dem 13. August erheben wir eine Ausfallgebühr in Höhe der Kursgebühr. Leistungen, die während der Werkwoche nicht in Anspruch genommen werden, können nicht erstattet werden.



### Anfahrtsplan

Mit dem Auto erreichen Sie Haus Werdenfels am besten über die Autobahn Regensburg-Nürnberg. Bei der Ausfahrt Nittendorf (Etterzhausen-Hemau-Undorf) rechts ab Richtung Hemau, nach einigen Metern links abzweigen Richtung Undorf. Nun den Hinweisschildern „Haus Werdenfels“ folgen. Durch Undorf hindurch; beim Netto-Markt links ab Richtung Eichhofen; dort nach einer Brücke rechts fahren. Unsere Bahnstation ist Undorf. Fußweg von dort nach Werdenfels ca. 2 km. Wir holen die Gäste vom Bahnhof ab

### Haus Werdenfels

Waldweg 15, 93152 Nittendorf  
Telefon 0049 (0)9404 9502-0  
[anmeldung@haus-werdenfels.de](mailto:anmeldung@haus-werdenfels.de)  
[www.haus-werdenfels.de](http://www.haus-werdenfels.de)



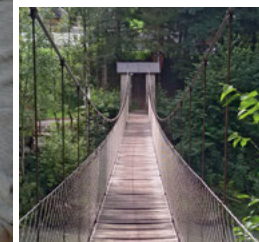
# HAUS WERDENFELS

Stille · Meditation · Begegnung · Exerzitien



*Am Ende wird alles gut!*  
*Abschiede, Übergänge und*  
*Anfänge im Leben*

**5. – 8. September 2022**  
**15. Werkwoche Biografiearbeit**



Kreativ sein,  
nachdenken,  
arbeiten mit Lebens-  
Geschichten



## **Bildungsurlaub mit Hand, Herz und Hirn. Spätsommer genießen in Haus Werdenfels.**

### **Die Themen rund um Loslassen und Neubeginn sind vielfältig:**

- Kinder bei Übergängen begleiten
- Abschied von der DDR
- Ruhestand als Chance
- Trauer und Tod ins Leben holen

### **Die Methoden sind vielfältig:**

Erinnerungskisten gestalten. Die Kraft von Ritualen entdecken. Übergänge gestalten. Verabschiedungen gestalten, die eigene Grabrede schreiben.

Biografische Gespräche führen, die den Bogen von der Vergangenheit in die Gegenwart schlagen und die Zukunft in den Blick nehmen. Anregungen in Einzel- und Gruppenarbeit.

Zur Halbzeit gibt es einen geführten Spaziergang und das Eintauchen in die vielfältigen Klangfarben des Lebens.

Sie entscheiden sich bei der Anmeldung für zwei der sechs Workshops und bekommen Input für Ihre Arbeit, für Ihr Unternehmen, für Ihr Privatleben.

Im Exerzitien- und Bildungshaus der Diözese Regensburg Haus Werdenfels im Labertal heißen wir Sie herzlich willkommen.

Elisabeth Paukner, Susanne Hölzl und Gesine Hirtler-Rieger

## **Workshop 1: 31 Jahre Ost-West Begegnung mit anhaltend kollektiver Trauer in der Biografiearbeit**

### **Abschied und Neubeginn nach einem Systemwechsel ist eine kollektive Herausforderung.**

Viele Erwartungen sind enttäuscht, das gesellschaftliche Klima ist Nährboden für antidemokratische und populistische Vereinnahmung. Welche Rolle spielt dabei nicht gelebte Trauer? Welche wirksamen Beiträge kann Biografiearbeit leisten?

Fragen nachspüren – experimentelle Übungen erleben – Erfahrungen aus verschiedenen gesellschaftlichen Perspektiven austauschen.



*Leitung: Cornelia Stieler* | Machern MSc. Kommunikations – und Betriebspsychologie, Systemische Therapeutin & Coach SG, Mediatorin, Trainerin für Biografiearbeit [www.waldakademie-machern.de](http://www.waldakademie-machern.de)

## **Workshop 2: Der Blick zurück nach vorn Übergänge im Leben von Kindern begleiten**

### **Familien mit Kindern erleben kleine und große Übergänge: die erste Übernachtung außer Haus, der Beginn der Kita oder der Wechsel in die Schule. Viele sind entwicklungsbedingt, manche sind individuelle Herausforderungen wie eine Trennung der Eltern oder eine Fremdunterbringung.**

Jeder Übergang ist Abschied und Neuanfang. Was hilft Kindern/Familien, Übergänge gut zu bewältigen? Wie können Familien dabei unterstützt werden? Im Workshop gibt es dazu Input, selbstreflexive und kreative Methoden und Anregungen.



*Leitung: Birgit Lattschar* | Dackenheim Dipl. Päd., Supervisorin, Lehrtrainerin für Biografiearbeit [www.birgit-lattschar.de](http://www.birgit-lattschar.de)

## **Workshop 3: Weil mein Leben wertvoll ist Ein Rückblick**

### **Niemand beschäftigt sich gerne mit seinem Lebensende. Dabei ist nichts so sicher wie unser Tod. Er gehört, wie die Geburt, zu unserer Leben. Manchmal vergessen wir das.**

In diesem Workshop schauen wir auf unsere eigene Biografie. Wir entwickeln einen Roten Faden für die eigene Grabrede. Vielleicht taucht dabei das ein oder andere auf, dass noch geklärt werden will.

Auch ganz praktische Dinge werden wir besprechen wie z.B. Begräbnisrituale und Bestattungsvorsorge. Vorsorge ist Fürsorge für mich und meine Angehörigen. Es beruhigt, wenn wir gut auf das vorbereitet sind, was unausweichlich ist.



*Leitung: Gerd W. Stolp* | Tutzing Dipl. Mental-Coach, Trainer und Berater, zertifizierter Trauerredner und Trauerbegleiter BDVT [www.stolp-online.de](http://www.stolp-online.de)

## **Workshop 4: Eine Kiste voller Erinnerungen Kreative Biografiearbeit in Zeiten von Übergang oder Abschied**

### **Erinnerungen „greifbar“ machen – aus Gegenständen, Fotos, Texten und anderen Materialien entsteht eine Erinnerungskiste. Vorbereitung, Auswahl und Gestaltung machen wichtige Erfahrungen sichtbar. Situationen, Menschen und Dinge rücken intensiv ins Gedächtnis.**

Ein Erinnerungsstück entsteht zu einem frei gewählten Thema, ...

- eine besondere Reise
- Erinnerung an Lebensbegleiter:innen
- Meine Kiste fürs Älter werden

Vorbild für dieses biografische Tun ist ein Projekt mit Senioren/innen „*Making Memories matter – Erinnerungen Raum geben*“. Dazu lade ich Sie ein – auch um das Gestalten von Erinnerungskisten weitergeben zu können.



*Leitung: Karin Wimmer-Billeter* | Fürstenfeldbruck Erwachsenenbildnerin | Lehrtrainerin für Biografiearbeit

## **Workshop 5: Trauern ist die Lösung Trauer in mein Leben integrieren**

### **Wir müssen täglich mit kleinen und größeren Abschieden, Verlusten und Trennungen umgehen. Unser Leben wird bestimmt von planbaren und unplanmäßigen Übergängen.**

- Wie gehen wir mit den Themen Abschied, Verlust und Trennung um?
- Wie sehen gelungene Abschiede aus?
- Was ist hilfreich, was hinderlich?
- Was hat uns geprägt?
- Trauern als Lösung für den Umgang damit, wie kann das gehen?

In Gesprächen und Übungen werden wir uns dem Thema annähern und Möglichkeiten finden, Trauern ins Leben zu integrieren.



*Leitung: Anke Grimm* | Hannover Dipl. Pädagogin | Systemische Familientherapeutin und Supervisorin | Trauerbegleiterin | Traumapädagogin

## **Workshop 6: Hinter mir die Sintflut Über das Loslassen, Übergeben, Neues anfangen**

### **Den Arbeitsplatz wechseln. Neue Aufgabenbereiche finden. In Rente gehen. Das Leben neu planen. Den Boden unter den Füßen verlieren. Sich nutzlos fühlen. Im Leben aufgehen.**

Der Blick zurück, zu den Spuren, die man gelegt hat, der Blick nach vorne, was alles noch erledigt und erlebt werden will – in diese Pendelbewegung werden wir uns begeben.

Miteinander Schritte tun, auf Gegangenes zurückschauen, in den Zwischenwelten verweilen, neue Wege in Betracht ziehen und neue Spuren vorbereiten.



*Leitung: Susanne Hölzl* | Göming ZÜNDHÖLZL e.U., Unternehmensberatung & Training, Supervision & Coaching, Lehrtrainerin für Biografiearbeit nach LebensMutig e.V. [www.zuendhoelzl.at](http://www.zuendhoelzl.at)