



**aktuelle  
Daten:**  
[komvisio.ch/  
angebot/  
workshops](https://komvisio.ch/angebot/workshops)

**Herzens-  
Wünschen folgen**  
bewusster Übergang 60+



# Herzens-Wünschen folgen! Bewusster Übergang 60+

Unseren gefüllten Rucksack des Lebens haben wir bis hierher genutzt, einiges verzehrt und genossen, manchmal aber auch nur schwer daran getragen. Schätze, die wir nicht (mehr) im Bewusstsein haben, liegen überraschenderweise versteckt in einem Winkel. Die neue Freiheit der 3. Lebensphase lädt ein, offen zu schauen, zu fühlen mit welchem Gepäck und welcher Haltung wir Herzenswünsche, mit Blick auf die realen Möglichkeiten, ins Leben bringen wollen.

- ... endlich! ... und was jetzt?
- Wie will ich älter werden?
- Sinnvoll leben und Sinn vertiefen
- Mein Leben gestalten und vielleicht kreativ neu (er)finden ...
- Eigene Ressourcen aufspüren und aktivieren
- Meinen Herzenswunsch umsetzen

## Wozu

- Bestärkung auf dem eigenen Weg
- Sinnerfüllt, mit Freude älter werden
- Eigene Ressourcen bewusst einsetzen und reaktivieren
- Träume wahr werden lassen

Kleine Gruppe von 5-8 TN

## Leitung

Barbara Eppler, Erwachsenenbildnerin, Supervisorin, Coach BSO, Gebärdenspielerin nach Silvia Ostertag mit langjähriger Meditationserfahrung, Begleiterin von Dialogen, Winterthurin  
Kooperation mit Beatrice Sutter, Erwachsenenbildnerin, Supervisorin, Coach BSO, Bern

**Investition** pro Halb-Tag CHF 150, vorab gezahlt CHF 390

Es besteht die Möglichkeit zusätzliche Einzel-Gespräche zu vereinbaren, auch per Telefon/Video-App möglich.

**Wo** Volkarthaus, Turnerstrasse 1, direkt gegenüber vom Bahnhof Winterthur

**Intertessiert? Willkommen auf: [www.komvisio.ch](http://www.komvisio.ch)**



B.Eppler

Foto: U.Arens-Fischer