

STRAHLEND ALT WERDEN

Ein Workshop, der verändert

Wie wollen wir alt sein?

Diese Frage stellen wir uns viel zu selten – obwohl uns im Schnitt 30–40 Jahre Pension bevorstehen. Genau dafür ist dieser Workshop da. Ein ganzer Lebensabschnitt voller Freiheit, Sinn und neuer Möglichkeiten!

Finden Sie heraus, was dieses neue Lebenskapitel für Sie bereithält – voller Klarheit, Orientierung und Strahlkraft.

Alt werden ist kein Schicksal. Es ist ein neuer Job. Und Sie bestimmen, wie er aussieht.

Was Sie erwartet:

Ihr inneres Drehbuch

Wir entschlüsseln alte Rollenbilder, erforschen Ihren persönlichen „Pensionstyp“ und entwickeln ein Leitbild als Orientierung für die Zukunft.

Die 5 Säulen für ein strahlendes Alter

Gesundheit – Sinn – Liebe – Vergnügen – Ressourcen.

Termin: SA, 28. März 2026

9–17 Uhr

Ort: DIÖZESANHAUS

Tarviser Straße 30, 9020 Klagenfurt a. W.

Workshop mit:

Dr.ⁱⁿ Helga Pražak-Reisinger

Coach & Energetikerin, www.prazak.cc

Anhand von 33 Themen finden Sie heraus, wo Sie stehen und halten die wichtigsten Aufgaben in Ihrem persönlichen Pensions-Kompass fest.

Pension & Alter als Job

Sie gestalten Ihre individuelle „Jobbeschreibung für die Pension“: Rollen, Routinen, Projekte, Beziehungen und Lebensfreude.

Informationen: bei Mag.^a Petra Kudlička unter petra.kudlicka@kath-kirche-kaernten.at

Anmeldung: bis MI, 18. März 2026 unter ka.kbw@kath-kirche-kaernten.at

Kosten: 69 Euro | **für ehrenamtliche Mitarbeiter:innen:** 50 Euro

Bankverbindung: Katholisches Bildungswerk Kärnten | AT62 3900 0000 0106 6760

Verwendungszweck: Strahlend alt werden, 28. März, Klagenfurt



Katholische Kirche Kärnten
KATOLIŠKA CERKEV KOROŠKA



LAND KÄRNTEN

