colidor
Systemisches Coaching
& Biografiearbeit

Biografiearbeit-Workshop

Bewusst leben. Friedvoll sterben.



Dieser inspirierende Biografie-Workshop lädt dich ein, dich bewusst mit deinen grundlegenden Werten zu verbinden und deine Potenziale zu entfalten. Selbstreflexion, kreative Impulse und der Austausch in Kleingruppen eröffnen neue Perspektiven und stärken die Klarheit für deinen weiteren Lebensweg – auch im Hinblick zur Vorbereitung auf den letzten Lebensabschnitt, für dich selbst oder in der Begleitung von deinen Angehörigen. Ein erfülltes Leben schafft Raum, Abschied, Verlust und Vergänglichkeit aktiv und friedvoll zu begegnen.

Themen:

- Wertebewusstsein und Temperamente
- Selbsterforschung der aktuellen Lebensrealität
- Kurz-Einführung in die Biografiearbeit
- Wenn sich Rollen verändern: Älterwerden, Fürsorge und Abschied
- Ängste im Alter – Herausforderungen – Ressourcen
- Lebenshaltung als Sterbenshaltung
- Phasen des Sterbeprozesses und nachtodliches Leben

Durchführung:
5. Dezember 2026 von 11 – 15 Uhr
LichtRaum Lotus Neuenkirch, Bahnhofstrasse 9, 6203 Sempach Station

Kosten: 58 Franken

Leitung:
Nadine Eichenberger - Biografiearbeiterin, Zert. spirituelle Sterbebegleiterin, systemischer und wertorientierter Coach (CAS), Pflegehelfende SRK

Anmeldung: www.colidor.ch - contact@colidor.ch – Tel. +41 79 257 63 26