

Zentrum Ländli

Das einmalig gelegene Zentrum Ländli auf der Sonnenseite des Ägerisees ist ein bekannter Ort der Begegnung und Erholung. Zimmer unterschiedlicher Komfortstufen, Wellness-Oase (Hallenbad, Whirlpool, Fitnessraum, Sauna, Dampfbad), Spielraum (Tischtennis, Jöggeli-Kasten, Dart), Ländli-Shop sowie Spazierwege auf dem Gelände und abwechslungsreiches Essen machen den Ländli-Aufenthalt zum Erlebnis.

Unsere Angebote sollen zum Leben und Glauben ermutigen und Menschen in Selbstkompetenz sowie in ihrer sozialen und geistlichen Kompetenz fördern. Sie sind herzlich willkommen bei unseren Seminaren und Retraiten!

Das Zentrum Ländli ist ein Zweig des evangelischen Diakonieverbandes Ländli. Rund 100 Schwestern, Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sind für das Wohl unserer Gäste besorgt.

Ägerital

Das Ägerital bietet eine Vielzahl von Freizeitangeboten. Wunderschöne Sommer- und Winterwanderwege, Schlitten- oder Schifffahrten laden zum Entspannen ein. Sportliche Angebote im Sommer wie Nordic Walking, Biken, Inline-Skaten, Tennis, Vita-Parcour und im Winter Hallentennis oder Squash, Skifahren, Schlitteln, Langlauf oder Schneeschuhlaufen u.v.m. lassen Sie Ihre Muskeln spüren. Für kulturell Interessierte bieten das Ägerital und seine Umgebung das ganze Jahr viele Sehenswürdigkeiten.

Informationen und Anmeldung

Zentrum Ländli
Seminare/Tagungen
CH-6315 Oberägeri

Tel. +41 (0)41 754 92 14, Fax +41 (0)41 754 92 13
E-Mail: seminare@laendli.ch
Homepage: www.zentrum-laendli.ch

Tagungsbeitrag und Pensionskosten

Tagungsbeitrag CHF 210.00
- für Ehepaare CHF 315.00

In den nachstehend genannten Pensionskosten pro Person sind folgende Leistungen inbegriffen:

2 Tage Vollpension mit: Frühstücksbuffet, 4-Gang-Mittagessen und 4-Gang-Abendessen

Benutzung der Wellness-Oase mit:
Hallenbad, Whirlpool, Fitness-Geräten,
Sauna, Dampfbad

Einzelzimmer ohne WC/Dusche
im Haus Tanneck CHF 204.00

Einzelzimmer ohne WC/Dusche CHF 212.00

Einzelzimmer mit WC/Dusche CHF 306.00

Doppelzimmer ohne WC/Dusche
im Haus Tanneck CHF 160.00

Doppelzimmer ohne WC/Dusche CHF 166.00

Doppelzimmer mit WC/Dusche CHF 246.00

Administrative Bestimmungen

Anmeldung

Sie erhalten nach Eingang der Anmeldung eine Bestätigung und kurz vor Beginn des Seminars oder der Retraite eine Reservationsbestätigung mit weiteren Informationen mit Preisen, Anreisemöglichkeiten usw.

Abmeldung

Bei Abmeldung bis 14 Tage vor Beginn wird eine Bearbeitungsgebühr von CHF 50.00 erhoben.

Bei Abmeldung 13 – 4 Tage vor Seminarbeginn werden 50% der Gesamtkosten verrechnet.

Ab dem 3. Tag vor Seminarbeginn oder bei Nichterscheinen wird der volle Preis in Rechnung gestellt.

Auskünfte

Zentrum Ländli, Seminare, Tel. +41 (0)41 754 92 14



Ländli-Seminar

16. bis 18. Februar 2018

Selbstvertrauen durch Gottvertrauen

Ernst und Ruth Bai-Pfeifer

LÄNDLI

Selbstvertrauen durch Gottvertrauen

Es gibt Tage, da sind wir selbstbewusst, klar und bestimmt. Wir erleben uns als ausgeglichen, zufrieden und kompetent. Dieser gute Zustand lässt uns aktiv und sicher sein. Es geht uns gut und wir fühlen uns wohl.

Manchmal fühlen wir uns jedoch klein und grau, einsam und verletzt. Wir reagieren ängstlich und unsicher auf Situationen und Menschen. Wir gehen auf Rückzug, igeln uns ein oder ziehen uns in unser Schneckenhaus zurück. Das Leben scheint uns sinnlos, alles wird schwer und wir verlieren den nötigen Schwung zur Gestaltung unseres Lebens. Wir fühlen uns blockiert und wissen nicht, wie wir uns davon lösen können.

In diesem Seminar beschäftigen wir uns mit dem Selbstwert und den dazu gehörenden Gefühlen. Was sind die Auswirkungen eines geringen Selbstwertes? Kann ich mir vertrauen? Weiss ich um meine Stärken, Fähigkeiten und Grenzen? Wie finde ich die Spuren der eigenen Identität? Welche Schritte sind wichtig zur Selbstfindung und Selbstannahme? Wie kann ich mit der Stimme in meinem Kopf umgehen, die mich kritisiert, beschimpft, behindert und klein macht?

Selbstvertrauen erwächst aus zugewendetem Vertrauen. Gott vertraut mir und setzt mich zu gesundem Selbstvertrauen frei.

Leitung

Ernst und Ruth Bai-Pfeifer - Ernst ist Theologe, Erwachsenenbildner (SVEB) und dipl. Berater für Existenzanalyse und Logotherapie. Er arbeitet heute als Lebensberater in Rapperswil-Jona. Ruth ist Erwachsenenbildnerin (SVEB), Leiterin von «Glaube und Behinderung», Autorin und Referentin.

Programm

Freitag

- ab 13 Uhr Anreise – Zimmerbezug
18.00 Abendessen
19.30 Herzlich willkommen!
Einander kennen lernen
20.00 Ich bin wie ich bin. Und das ist gut so! Identitätsideale
21.00 Ich lasse es mir gut gehen: Aufatmen, entspannen und loslassen

Samstag

- ab 8 Uhr Frühstücksbuffet
09.30 Wer bin ich denn?
Selbst- und Fremdwahrnehmung
Sich besser verstehen lernen
Störungen des Selbstwertes
10.30 Die äusseren Voraussetzungen für die Selbstwert-Bildung: Beachtung, Gerechtigkeit und Wertschätzung erhalten
Wie steht es um mein Selbstwertgefühl?
12.00 Mittagessen
13.30 Wellness für Seele, Körper und Geist, Zusatzangebot für Kurzgespräche
16.00 Die inneren Voraussetzungen für die Selbstwert-Bildung. Woran wird ein Selbstwertproblem erkennbar?
18.30 Abendessen
20.00 Liebevoller Umgang mit sich selbst
Der Kritiker in meinem Kopf

Sonntag

- ab 8 Uhr Frühstücksbuffet
09.30 Ländli-Gottesdienst
11.00 Eine neue Identität in Jesus Christus
12.00 Mittagessen
13.15 Schritte zu mehr Selbstvertrauen
14.30 Abschluss

Programmänderungen aufgrund spezifischer Teilnehmerwünsche bleiben vorbehalten.

Anmeldung

Ländli-Seminar Selbstvertrauen durch Gottvertrauen vom 16. bis 18. Februar 2018

Frau Herr

Name/Vorname

Strasse

PLZ/Ort

Telefon

E-Mail

Geburtsdatum

Bitte reservieren Sie:

- Einzelzimmer ohne WC/Dusche im Tanneck
 Einzelzimmer ohne WC/Dusche
 Einzelzimmer mit WC/Dusche
 Doppelzimmer ohne WC/Dusche im Tanneck
 Doppelzimmer ohne WC/Dusche
 Doppelzimmer mit WC/Dusche
 Ich melde mich für ein Kurzgespräch an

Auf Ihre Anmeldungen freuen wir uns:

Telefon: +41 (0)41 754 92 14

Website: www.zentrum-laendli.ch

E-Mail: seminare@zentrum-laendli.ch

Post: Zentrum Ländli, Seminare, 6315 Oberägeri