

„Was kommt da noch?“ - Älterwerden, Krisen und Chancen verkörperter Reife

Seminar für schwule Männer*

Fr, 03.07.2020 — So, 05.07.2020

Die Wichtigkeit des Körpers und des Jungseins haben in der gesellschaftlichen Wahrnehmung insgesamt zugenommen. Vielleicht bestimmen diese das schwule Leben sogar noch einmal mehr. Wir möchten alt werden, aber nicht alt sein oder gar als alt gelten.

Doch wie gehen wir mit den Veränderungen um, die das Älterwerden mit sich bringt? Welche körperseelischen Reifungsaufgaben sind für unseren individuellen Prozess von Bedeutung?

Am Wochenende erleben wir über unseren Körper als Bezugspunkt z.B. durch sanfte Bewegungen und energetisierende und/oder ausgleichende Atemrhythmen, was jetzt für uns von Bedeutung ist. In alltagsnahen Einzel-, Partner- und Gruppenübungen betrachten wir Themen wie Akzeptanz der Veränderung, Selbstliebe und Selbstfürsorge, unsere Fähigkeit des Loslassens und der Endlichkeit des Lebens in Würde zu begegnen.

Dabei erweitern wir unsere Wahrnehmungsräume und öffnen uns für alte und neue Entdeckungen unseres Selbst mit Freude und einem Funken Ironie.

VA-Nummer

369

Kosten

230,- EUR

Dauer

Fr, 18:00 Uhr – So, 14:30 Uhr

Dozent*innen

[Dirk Magotsch](#)

Pädagogische Leitung: Ulli Klaum

[Teilnahme anmelden](#)

