

Referent:in



Marika Kürten

Bundessekretärin für Bildung, Begleitung
und Beratung im CVJM-Westbund



Gerd Halfmann

Leiter der CVJM-Bildungsstätte Bundeshöhe



Ort

CVJM-Bildungsstätte Bundeshöhe

Bundeshöhe 7
42285 Wuppertal
www.cvjm-bibu.de

Kosten

198,00 € im **Doppelzimmer**
228,00 € im **Einzelzimmer**

Anmeldung



www.cvjm-seminare.de

Buchungsnummer:
25-3567-2050

Mehr Infos beim Team Freizeiten und Seminare:

fs@cvjm-westbund.de
Jutta Kroll – Tel.: 0202 57 42 85

Veranstalter:

CVJM-Westbund e. V.
Bundeshöhe 6, 42285 Wuppertal
www.cvjm-westbund.de



4 Sterne im Advent

- * Atmosphäre
- * Impulse
- * Begegnung
- * Auftanken



**Eine (Aus-)Zeit
für Mitarbeitende und
Verantwortliche im CVJM**

28. bis 30. November 2025

CVJM-Bildungsstätte Bundeshöhe, Wuppertal





4 Sterne im Advent

**Liebe Mitarbeiterin, lieber Mitarbeiter,
liebe Verantwortliche,**

ganz herzlich laden wir dich zum Beginn der Adventszeit ein, ein Wochenende auf der Bundeshöhe zu verbringen.

Die Adventszeit ist oft eine sehr volle Zeit. Gerade deswegen wollen wir mit dir **4 Sterne-Zeiten** erleben. Das heißt:

- * In **Atmosphäre** den Advent beginnen,
- * mit **Impulsen** bereichert werden,
- * **Begegnungen** und Austausch mit Gott und anderen erleben
- * und ganzheitlich **Auftanken**.



Unser Thema: Emotional gesund in Verantwortung

Du bist in Verantwortung für Menschen oder Rahmenbedingungen im Ehrenamt: Wie geht es dir damit, was raubt dir die Kraft, was stärkt dich, was gibt dir einen langen Atem?

Unsere emotionale Gesundheit soll sich auswirken in unseren Aufgaben, daher soll an diesem Wochenende Raum dafür sein, dich selbst in den Fokus zu nehmen – mit Impulsen, die für die Art und Weise deines Engagements vielleicht hilfreich sein können wie: Was bedeutet eigentlich „emotional gesund“ und welche Wirkungen hat das für unser Handeln?

Inspiziert von Gedanken von Peter Scazzero wollen wir uns mit Kernaufgaben für inneres und äußeres Leben beschäftigen, die uns unterstützen können, gesund in Verantwortung zu sein, vor allem in einer geistlichen Aufgabe.

Wir wollen miteinander hören, erzählen, entdecken, lachen, singen, essen, beten und glauben.

Mitten im termingefüllten Advent soll dies ein Wochenende für Menschen sein, die Auftanken, Zurückblicken und sich Fokussieren wollen.

Wir freuen uns auf dich:

Marika Kürten und Gerd Halfmann

Was dich erwartet

Freitag, 28.11.2025 (Anreise ab 17.00 Uhr)

- * 18 Uhr: Abendessen
- * Abend im Kaminraum

Samstag, 29.11.2025

- * 4 Kennzeichen inneren Lebens für emotionale Gesundheit in einer geistlichen Aufgabe
- * 4 Wirkungsbereiche äußeren Lebens
- * Impulse – Austausch – Kreatives
- * Raclette-Deluxe-Abend mit Glühwein, Musik und Begegnung

Sonntag, 30.11.2025

- * Informationen und Auswertung
- * Gottesdienst

(Ende nach dem Mittagessen)

Atmosphäre | Impulse | Begegnung | Auftanken

