

Wochenendseminar „Generation 55plus“ vom 12.-14. August 2022 im Erbacher Hof in Mainz mit dem Thema „Selbstfürsorge – Gut geerdet sein“

Bei der Anreise war die Freude groß, die 14 Weggefährtinnen und Weggefährten nach langer Zeit wieder zu sehen.



Am Freitag nach dem Abendessen gingen wir in unseren Gruppenraum. Unser neuer Arbeitsbereich-Leiter Roland Libert hat uns und unseren Referenten Matthias Dieckerhoff mit einer kurzen Ansprache begrüßt. Anschließend hat er an Matthias übergeben.

Wir begannen mit einer kleinen Vorstellungsrunde zum Kennenlernen. Beim Thema „Geerdet“ kamen wir auf die Füße, die uns ja ein Leben lang tragen. Mit einer Meditation und einer Fußmassage (jeder für sich selbst) beendeten wir den Abend.



Samstag und Sonntag begannen wir um 7.45 Uhr mit einem kleinen Impuls in der Kapelle.

Samstag lud uns Matthias ein, den Löwenzahntanz von Anastasia Geng zu üben. Anschließend malten wir unseren Fuß auf ein Blatt Papier (beidseitig). Eine Seite für den 5 Punkte Plan, die Rückseite für den Fuß als Fundament.

Mit einem guten Italienischen Eis ließen wir den Samstag ausklingen.



Sonntag bekamen wir leere Postkarten. Anstatt sie zu beschreiben haben wir unsere Gedanken aufgemalt und die Karte mit unserer Adresse versehen, die uns Matthias in ein paar Wochen zuschicken will.

Den Abschluss bildete ein schöner Wortgottesdienst in der Kapelle, vorbereitet von Margit Köttig und Gudrun Müller. Nach dem Mittagessen war dann allgemeiner Aufbruch.

Wir vom Vorbereitungsteam hoffen, dass es jedem gefallen hat und wir uns bald wieder bei bester Gesundheit treffen können.

Gudrun und Ralph Müller
Bilder: Roland Libert

Weitere Bilder:

