

Wann

Donnerstag, 26. Januar 2023
und
Freitag, 27. Januar 2023,
von 9:00 Uhr bis 15:00 Uhr

Wo

In der Marienkirche Düren

Planungstreffen

13.12.2022
7. Stunde
(13:05 Uhr, Mensa)

Wir bitten um
eine verbindliche
Anmeldung bei
Frau Derjung

katja.derjung@wirteltor-gymnasium.de
oder
persönlich

bis 02.12.22!

Organisatoren

Stefanie Rosenbaum
Katja Derjung
Rudi Hürtgen
Michael Kruse

Kosten

Auf die Teilnehmer/innen
kommt eine Pauschale von
25 Euro für Material- und
Verpflegungskosten zu.

Tage der Orientierung und Achtsamkeit

365

WEGE ZUM DIR UND MIR

26. und 27.
Januar 2023

Gymnasium am
Wirteltor Düren

Für die Jahrgangsstufen
EF, Q1 und Q2

Was ist darunter zu verstehen?



TAGE IM JAHR - WEGE ZUM ICH UND DU

Ein bekanntes Sprichwort beschreibt, dass viele Wege nach Rom führen. Aber welcher Weg ist der richtige für mich und für ein gutes gemeinsames Miteinander?
Wo stehe ich, wohin werde ich gehen und welche Wege bin ich bereits gegangen?

In unserem Leben werden uns häufig so viele verschiedene Wege und Möglichkeiten angeboten, die in uns Fragen nach Orientierung und Sinn aufwerfen, uns vielleicht oft aufgrund an uns gerichtete Ansprüche, Aufgaben und Pflichten überfordern, an unsere Grenzen bringen, die es aus den verschiedensten Gründen zu reflektieren gilt.

Vielleicht kommen in uns Fragen auf:
Wie kann ich das alles schaffen?
Bin ich alleine oder begleitet mich jemand auf meinen Wegen?

An wem kann ich mich orientieren, wer oder was kann mir auf meinen Lebenswegen eine Stütze und Hilfe sein?

Wie kann ich achtsam mit mir selbst und den Menschen in meinem Umfeld agieren?

Wie soll ich damit umgehen, wenn ich auf einem meiner Wege scheitere, wenn ich Schicksalsschläge erlebe, hoffnungslos, allein und traurig bin und keinen Ausweg zu sehen scheine?

Wann geht es eigentlich einmal um mich und wann gibt es einmal Zeit für mich selbst, um dem Alltäglichen gerecht zu werden?



Was haben wir vor?

Während unseren Tagen der Orientierung und Achtsamkeit möchten wir gemeinsam mit euch versuchen, Antworten auf diese und viele andere Fragen zu finden, uns gemeinsam euren Lebensweg in den Bereichen Vergangenheit, Gegenwart und möglicher Zukunft anschauen.

Ihr habt die Wahl, z.B. an einer Traumreise, Meditation, spirituellen Angeboten, Entspannung durch Musik, Kunst, Sport, etc. und Aktionen, die zu einem achtsamen Umgang mit dem eigenen Ich und dem Gegenüber führen sollen, teilzunehmen.

Ganz egal, welche Wege wir gehen, feststeht: Jeder Weg und jeder Tag ist es wert, für sich, für dich, für uns, gemeinsam zu leben, zu kämpfen, uns zu begegnen und zu feiern.

Wir freuen uns auf das gemeinsame Beisammensein und den Austausch!