



Wir freuen uns auf
Ihren Besuch!



St. Elisabeth
am Kurpark



Urlaub für Senioren

Bahnhofstraße 19
49214 Bad Rothenfelde
Telefon (0 54 24) 21 72-0
Telefax (0 54 24) 21 72-5 90
E-Mail st.elisabeth@caritas-os.de
www.seniorenerholung-st-elisabeth.de



Bei Fragen stehen wir Ihnen selbstverständlich zur Verfügung. Rufen Sie uns einfach an oder schreiben Sie uns – wir beraten Sie gern!



Mit neuer Kraft
auf neuen Wegen

Präventionsangebot zur Gesundheitsförderung für Frauen

Bezuschussung durch die Krankenkassen
möglich

04. – 06. März 2022

St. Elisabeth
am Kurpark



Urlaub für Senioren



Über unser Haus

Zur Ruhe kommen, Erholung für Körper und Geist genießen, Gemeinschaft erleben:

Das verspricht Ihnen der Aufenthalt in unserem Caritas-Haus St. Elisabeth am Kurpark.

Eingebettet in die grünen Hügel des Teutoburger Waldes und den über hundertjährigen Kurpark, umgeben von gesundheitsfördernden Gradierwerken und einem reinen Klima, empfängt Sie unser traditionsreiches Erholungshaus in Bad Rothenfelde. Anfang 2012 wurde unser Haus umfangreich saniert und optimal auf die Wünsche und Bedürfnisse von Senioren abgestimmt. Wir freuen uns darauf, Ihnen eine wohltuende Auszeit zu ermöglichen. Erholende und aktivierende Angebote sowohl unseres Hauses als auch des Heilbades sollen Ihnen die Abwechslung und Erholung bringen, die Sie sich verdient haben. Dafür stehen wir Ihnen sehr individuell und persönlich zur Seite.



Mit neuer Kraft auf neuen Wegen

Nach der aktiven Berufsphase ist man häufig über die neuen Herausforderungen überrascht: Der Tag hat keine vorgegebene Struktur mehr, es fehlen die Begegnungen und Kontakte am Arbeitsplatz, man fühlt sich leer ohne Aufgaben, die Rollenverteilung in Beziehung stimmen nicht mehr und man weiß, es ist der letzte Lebensabschnitt usw.. Diese Erfahrungen können zu Stress führen und krank machen. An diesem Wochenende sollen Sie ihren eigenen Stress erkennen, die Mechanismen verstehen und Bewältigungsstrategien erproben lernen. Durch das Gespräch mit anderen Frauen, inhaltliche Impulse, methodische Übungen, besinnliche Anregungen können Sie Ihr Leben in ein neues Gleichgewicht bringen.

Anreise: Freitag zum Kaffee um 14.30 Uhr (Kursbeginn 16.00 Uhr)

Abreise : Sonntag nach dem Mittagessen

Seminarkosten:

100,00 .Euro Kursgebühren
(80 % Rückerstattung bei vorheriger Beantragung unter ID: KU – ST – 3BGD4P durch die Krankenkasse) +
132,00 Euro Unterkunft und Verpflegung

Anmeldungen

Telefonisch unter(0 54 24) 21 72-0

oder per Mail an: st.elisabeth@caritas-os.de