

*„Gesundheit ist weniger ein Zustand,
als eine Haltung. Und sie gedeiht
mit der Freude am Leben.“*

Thomas von Aquin

”

INFO & ANMELDUNG

Katholische Erwachsenenbildung
im Landkreis Freyung-Grafenau e. V.
Abteistr. 23 · 94078 Freyung
Telefon 08551-4581
info@keb-freyung.de

Anmeldung bis 17. März 2025

KOSTEN

Die Kursgebühren betragen 375,- €
Verpflegung und Übernachtung im DZ
EZ-Zuschlag 18,- €

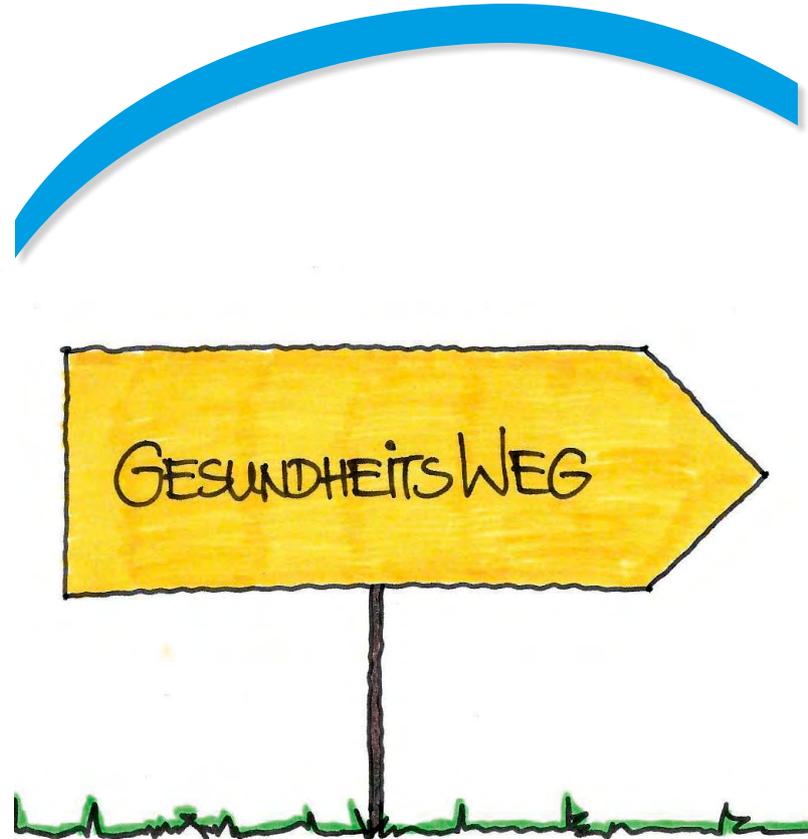
Nähere Informationen zu allen Veranstaltungen
finden Sie auf www.keb-freyung.de

Herausgeber: Diözese Passau • Domplatz 7 • 94032 Passau
www.bistum-passau.de

Layout: Kommunikationsdesign Bistum Passau 11/2024 • Fotos: privat

KEB

Katholische
Erwachsenenbildung
im Landkreis Freyung-Grafenau e. V.
Ein Verband im Bistum Passau



12. – 14. MAI 2025

Gesundheit und
Lebensfreude durch
Biografiearbeit

LVHS Niederaltich

„Endlich mal Zeit für mich. Endlich mal...“

Denken Sie das auch?
Dann sind Sie hier genau richtig:

Zeit zum Erinnern, Spüren, Entdecken, Lernen,
Gestalten, Tanzen, Wünschen ...
Wir begleiten Sie gern dabei.

Sie können mit kreativen Methoden
der Biografiearbeit tatsächlich spüren,
was Ihnen GUT TUT,
was Sie auf Ihrem GesundheitsWeg unterstützt
und stärkt – und wie Sie das alles in Ihrem Alltag
umsetzen können.

Mit ausgewählten gesundheitsfördernden
und stärkenden Methoden der Biografiearbeit
machen wir uns gemeinsam mit Ihnen
auf Spurensuche in Ihrer Lebensgeschichte –
für mehr Gesundheit und Lebensfreude
in Ihrem Leben.

Sie entdecken Ihre persönlichen Stärken,
die Sie als Ressource für Ihre eigene Gesundheit
aktiv nutzbar machen können.

Machen Sie sich mit uns gemeinsam
auf Ihren GesundheitsWeg ...

Wir freuen uns auf Sie!

Michael Winichner
Geschäftsführer KEB im Landkreis Freyung Grafenau

Andrea Parzefall & Agnes Stimmelmayer
Referentinnen

UNSER ZEITPLAN

Montag, 12. Mai 2025

18:00 Abendessen
19:30 Seminarzeit
21:00 Ende

Mittwoch, 14. Mai 2025

8:00 Frühstück
9:00 Seminarzeit
12:00 Mittagessen
13:00 Ende

Dienstag, 13. Mai 2025

8:00 Frühstück
9:00 Seminarzeit
12:00 Mittagessen
14:30 Kaffee / Tee und Kuchen
15:00 Seminarzeit
18:00 Abendessen
Abend zur freien Verfügung

DIE REFERENTINNEN



Andrea Parzefall
94065 Waldkirchen
• *Trainerin für Biografiearbeit (LebensMutig)*
• *STR-Gruppenleiterin (ASIS)*
• *Koordinatorin in der Erwachsenenbildung*
www.ich-über-mich.de



Agnes Stimmelmayer
84562 Eittingermoos
• *Trainerin für Biografiearbeit (LebensMutig)*
• *Gesundheitspflegerin*
• *Trainerin für Atem- und Körperarbeit*
• *Systemische Beraterin-SG*
www.auf-meinem-weg.com