

## VERANSTALTER

Kolpingwerk/Kolping-Erwachsenen-Bildungswerk

Diözesanverband Eichstätt e.V.

Burgstr. 8, 85072 Eichstätt

Tel. 08421/50-584

Mail: [bflieger@bistum-eichstaett.de](mailto:bflieger@bistum-eichstaett.de)

[www.kolpingwerk-eichstaett.de](http://www.kolpingwerk-eichstaett.de)

in Zusammenarbeit mit dem Bezirk Beilngries  
und der Kolpingsfamilie Ingolstadt



## Offener Auszeit-Tag für Frauen

# *Dankbarkeit*

12. Oktober 2024

Ingolstadt

## Zum Auszeit-Tag des Bezirks Beilngries laden wir alle Frauen herzlich nach Ingolstadt ein!

Thementeil: *„Dankbarkeit – Schlüssel zu innerer Zufriedenheit“*

Kennen Sie das? Am Ende eines Tages erinnert man sich viel leichter an Ärgernisse, Stresssituationen oder Fehlschläge. Die positiven Erlebnisse und Begegnungen, die Freundlichkeit anderer und vieles mehr übersehen wir leicht und schaden uns in der Summe unseres Lebens damit. *„Man kann nicht dankbar und unglücklich zugleich sein“* (Piet van Breemen). Unzufriedenheit und Undankbarkeit hängen eng zusammen, genauso wie Dankbarkeit und Zufriedenheit. Man kann letztere aber nicht verordnen, sehr wohl aber in kleinen Schritten erlernen. Zunehmend erkennt die Psychologie die Bedeutung dieser „alten Tugend“ für unser körperliches, seelisches und geistiges Wohlbefinden.

*P. Christoph Kreitmeir (Franziskaner, Klinikseelsorger, Sozialpädagoge, Theologe, psycho-spirituelle Lebensberater und Buchautor) möchte an diesem Auszeit-Tag aus psychologischer und christlich-spirituelle Sicht diesen wichtigen Lebensbereich mit Ihnen neu entdecken.*

Mit freundlichen Grüßen

*Hans Has Müller*  
Diözesanvorsitzender  
Kolpingwerk DV Eichstätt

*Petra Rank*  
Frauenbeauftragte  
Kolpingwerk DV Eichstätt

### TERMIN

Samstag, 12. Oktober 2024  
9:00 Uhr bis ca. 16:30 Uhr

### VERANSTALTUNGSORT

Kolpinghaus (Familienstube)  
Johannesstr. 11, 85049 Ingolstadt  
Parkmöglichkeit Festplatz Dreizehnerstraße

### REFERENT

P. Christoph Kreitmeir

### LEITUNG/ORGANISATION

Monika Enzinger und Petra Rank

**TEILNAHMEGEBÜHR:** 10 €

**Mittagessen + Getränk  
(Italiener):** 10 €

Liste wird vor Ort ausgegeben

### PROGRAMMABLAUF

09:00 Uhr	Ankommen und Begrüßung
09:30 Uhr	Vortrag: „Dankbarkeit“ mit P. Christoph Kreitmeir
12:00 Uhr	Mittagessen
14:00 Uhr	Führung durch St. Sebastian mit anschließender Andacht
15:30 Uhr	Ausklang bei Kaffee und Kuchen
ca. 16:00 Uhr	Ende

### ANMELDUNG

Bitte telefonisch bei einer der nachstehend genannten Personen Ihrer Kolpingsfamilie anmelden:

KF Beilngries: Astrid Hippmann	08461/9428
KF Dietfurt: Franziska Mosandl	0178/1492345
KF Berching: Renate Weigl	08462/710
KF Eichstätt: Petra Hemmelmann	0176/21228911
KF Greding: Birgit Herrler	0171/5587977
KF Ingolstadt: Monika Enzinger	0841/9510955
KF Kipfenberg: Elfriede Bauer	08465/3125
KF Töging: Barbara Graf	08464/602499
Diözesanverband: Petra Rank	09875/1337

**ANMELDESCHLUSS:**

Freitag, 04. Oktober 2024