

Mein Leben und Ich - ein Puzzle in 9 Akten

Ein Programm für Menschen in der Umbruchs- und Krisenphase

Wer ?

Betrachten wir unser Leben als Puzzle, so gibt es Felder, die wir intensiv gelebt haben, und andere, denen wir weniger Raum gegeben haben.

Wenn Sie sich in einer Umbruchsphase befinden - beispielsweise nach einer überstandenen schweren Krankheit, einem anstehenden Berufswechsel, dem Eintritt in den Ruhestand - oder wieder mehr Orientierung und Sinn in Ihrem Leben suchen, könnte dies der richtige Zeitpunkt sein, um sich selbst und Ihren Zukunftsplänen mehr Aufmerksamkeit zu schenken.

Wie ?

Eine Gruppe von acht bis zehn Personen – Frauen und Männer – trifft sich über einen Zeitraum von zweimal fünf Wochen, jeweils einmal pro Woche für drei Stunden.

In diesen Treffen befassen sie sich mit zentralen Lebensthemen und persönlichen Qualitäten. In Form eines begleiteten, klar strukturierten und vielfältig gestalteten Prozesses tauchen die Teilnehmenden in ihre individuellen Puzzleteile des Lebens ein. Dabei werden Fragen gestellt, Gemeinsamkeiten erkannt und Antworten gefunden.

Die Gruppe vermittelt ein Gefühl von Geborgenheit, Kraft und Offenheit. Es tut einfach gut, miteinander an Themen zu arbeiten, die uns alle betreffen. Das hinterlässt ein Gefühl von Ruhe und Zufriedenheit. Das eigene Jetzt kann aus neuen Blickwinkeln betrachtet werden.

Dieser klare Blick erleichtert es, konkrete Ziele für die Zukunft zu erarbeiten.

Wann ?

Es gibt zwei zielgruppenspezifische Angebote. Die Termine finden Sie auf der Homepage.

1. Dienstagabend von 18:00 bis 21:00 Uhr - der nächste Programmstart ist am 7. April 2026

Für Personen, die sich in einer Krise befinden und zwischen 35 und 60 Jahre alt sind.

2. Mittwochvormittag von 9:00 bis 12:00 Uhr - nächster Programmstart am 8. April 2026

Für Personen, die in Pension sind und sich mit ihrer Zukunft auseinandersetzen möchten.

Wo ?

Im zentrum heureka, Hermannsgasse 30/1, 1070 Wien

