

Anmeldungen können bis zum **05.11.2026** unter den folgenden Kontaktmöglichkeiten erfolgen:

Ehe-, Familien- und Lebensberatung
in Wesel/Dinslaken
Fon 0281 25090

oder

02064 58645

efl-wesel@bistum-muenster.de
www.ehefamilieleben.de

Erreichbarkeit

Mo 08.30 Uhr bis 16.30 Uhr
Di 09.00 Uhr bis 12.00 Uhr
Mi 08.30 Uhr bis 11.30 Uhr
Do 14.00 Uhr bis 18.00 Uhr



Fotos: pixabay.com

INFORMATIONEN

Das **Katholische Bildungsforum** ist eine zertifizierte Weiterbildungseinrichtung der Erwachsenen- und Familienbildung.

Wir bieten Kurse und Seminare in folgenden Fachbereichen an:

Partnerschaft - Ehe - Familie

Religion - Persönlichkeit - Gesellschaft

Gesundheit - Prävention - Ernährung

Qualifizierung - Aus- und Weiterbildung

Kultur - Kreativität

Die **Ehe-, Familien- und Lebensberatung** im Bistum Münster bietet an 38 Beratungsstellen im Bistum Münster Ratsuchenden fachliche Unterstützung in schwierigen Lebensphasen:

Einzelberatung
Paarberatung
Familienberatung
Gruppenberatung

Unsere Angebote sind offen für alle erwachsenen Menschen, die in persönlichen, partnerschaftlichen und familiären Anliegen in die Krise geraten sind, unabhängig von Familienstand, Nationalität, Religionszugehörigkeit und sexueller Orientierung.



MITTENDRIN IM ALTER STATT ALLEIN (MIASA)

EIN GRUPPENANGEBOT IM
KREIS WESEL

MITTENDRIN IM ALTER STATT ALLEIN

Das Gruppenangebot MIASA richtet sich an Menschen, die 65 Jahre oder älter sind, sich einsam fühlen und sich mehr soziale Kontakte in ihrem Leben wünschen.

Im Austausch mit anderen sind die Gruppenmitglieder herzlich eingeladen, gemeinsam auf eine Entdeckungsreise zu gehen, z.B. zu den folgenden Fragen:

- Was stärkt mich?
- Wie gelingt es mir, gut für mich zu sorgen und auf mich und meine Bedürfnisse zu achten?
- Wie kann ich mit Gedanken, die ich als belastend erlebe, eventuell noch hilfreicher als bisher umgehen?
- Welche Möglichkeiten und welche Unterstützung kann ich vielleicht noch mehr als bisher für mich nutzen, um z.B. zwischenmenschliche Kontakte (wieder) aufzunehmen?

TERMINE & ORT

Das Gruppenangebot besteht aus insgesamt 10 Treffen.

12.11.2026
19.11.2026
03.12.2026
07.01.2027
28.01.2027
11.02.2027
25.02.2027
11.03.2027
25.03.2027
08.04.2027



Jeweils donnerstags
von **10.00 bis 11.30 Uhr** in der
kath. Ehe-, Familien- und
Lebensberatungsstelle Wesel
(Antonistr. 7)

WER BEGLEITET DEN KURS?

Carolyn Schlütter | Psychologin (M. Sc.)

**Ehe-, Familien- und Lebensberatung
Wesel/Dinslaken**



Markus Kuhlmann | Diplom Theologe

**Kath. Bildungforum
im Kreisdekanat Wesel**

