



# Aufbruch 55+

## Sinn finden / Leben gestalten / neue Wege gehen

Eine offene Gruppe für alle, die sich fragen:  
Was will ich jetzt? Was darf noch kommen?

Ab 55 beginnt oft ein spannender neuer Abschnitt - beruflich, privat, innerlich.

Diese offene Gruppe lädt Sie ein, mit anderen gemeinsam zu entdecken, was Sie bewegt und wie Sie Ihre nächsten Schritte bewusst gestalten möchten.

### Was Sie erwartet

- Gespräche auf Augenhöhe über Themen, die wirklich zählen
- Zeit und Raum, sich neu zu orientieren: Was ist Ihnen heute wichtig?
- Impulse zu Themen wie Sinn, Wirksamkeit und neue kreative berufliche Wege
- der Blick auf Sehnsüchte, die unter Umständen im Alltag zu kurz kommen
- Austausch mit Menschen in ähnlichen Lebensphasen
- Platz für Ihre Fragen und Anliegen - konkret und lebensnah
- für alle, die die Welt mit ihrer Erfahrung und Kompetenz bereichern wollen
- einfühlsam und wertschätzend

Jetzt ist Ihre Zeit!

Gestalten Sie das Jetzt und Ihren  
nächsten Lebensabschnitt mit Klarheit,  
Mut und Lust aufs Leben.

### Der Rahmen

- Kleingruppe, max. 5 Teilnehmende
- alle 4 bis 6 Wochen
- 2 Stunden
- Stubertal 28, 45149 Essen
- 100 € pro Person je Termin
- begleitet von  
Carolin Wolf, Dipl. Psychologin

Anmeldung unter:

Carolin Wolf • 0201 – 87898567 • [office@carowolf.de](mailto:office@carowolf.de) • <https://carowolf.de>