

Ich lebe mein Leben  
in wachsenden Ringen,  
die sich über die die Dinge ziehn.  
Ich werde den letzten vielleicht  
nicht vollbringen,  
aber versuchen will ich ihn.

Rainer Maria Rilke

Weitere Infos  
[www.fnnf.eu](http://www.fnnf.eu)

Alle Veranstaltungen basieren  
auf Spendenbasis.

**Wie gelingt ein gut gelebtes Älter-Werden  
in einer Zeit, in der Umbruch & Wandel  
uns zu neuen Haltungen herausfordern?  
Und wie vielfältig können die Antworten darauf sein?**

Die Thematik des Älter-Werdens ist in unserer Zeit von grosser Relevanz. Wie ist die Rolle der Elders in unserer Gesellschaft und in unserem unmittelbaren Umfeld? Welchen Platz gilt es für sie einzunehmen? Wofür stehen sie? Und wofür stehen sie auf?

Mit dieser Impulsreihe möchten wir einen Raum öffnen und dazu einladen, diese Fragen aus unterschiedlichen Perspektiven zu beleuchten. Und wir laden auch Sie, liebe Teilnehmende & Interessierte herzlich ein, sich mit Fragen, Sehnsüchten und Möglichkeiten ins Spiel dieser gemeinsamen Erkundung einzubringen.

Am Ende unserer Impulsreihe wird ein Statement für Elders in unserer Zeit ein deutliches Signal setzen.

Zugleich bildet diese Impulsreihe einen zuversichtlichen und kraftvollen Schlussakkord für die Stiftung fnnf. Nach über 10 Jahren engagierten, forschenden und gemeinnützigen Wirkens im Feld von Bewusstseinskultur & Zukunftsdesign vollendet sich zum Jahresausklang der Lebensbogen unserer Stiftung. Im Spiegel des Älter-Werdens wollen wir Raum für Wertschätzung für das Entstandene halten und auch dem Raum schenken, was im Darüber-Hinaus-Gehen beginnt sichtbar zu werden.

Wir freuen uns, gemeinsam mit allen Teilnehmenden, großartigen Gast-Referenten und co-kreativen Beiträgen aus unseren eigenen Reihen diesen Zyklus über das Jahr mit Ihnen zu feiern und zu genießen.

Herzlich willkommen zu inspirierenden Begegnungen  
in der offenen Frage nach dem gut gelebten Älter-Werden!

# Wachsende Ringe

Eine Impulsreihe  
für ein gut gelebtes Älterwerden  
in Zeiten des Wandels



# Veranstaltungen

Freitag, 24. Mai 2024  
18 - 21 Uhr  
GÜNTER BUCKSTEEG

## ÄLTER WERDEN IM LICHT DES GANZHEITLICHEN YOGAWEGES

Ein Live-Impulsabend in Velbert

Veranstaltungsort: Svadipa-Institut  
@ Königsberger Str. 9-11, 42549 Velbert  
Kontakt & Anmeldung: Günter Bucksteeg  
eMail: svadipa@gmx.de

Mittwoch, 26. Juni 2024  
19 - 21 Uhr  
KARL GAMPER

## FREEDOM-AGER EINE FRISCHE PERSPEKTIVE

Ein online-Impulsabend

Kontakt & Anmeldung  
@ Dennis Heydrich  
eMail: info@fnnf.eu



Details zu den  
einzelnen Veranstaltungen  
finden Sie auf:  
[www.fnnf.eu](http://www.fnnf.eu)

Mittwoch, 31. Juli 2024  
19 - 21 Uhr  
MICHAEL PLESSE

## WAS HEISST "GUT LEBEN" FÜR NEUE ELDER'S?

Ein Live-Impulsabend in Kassel

Veranstaltungsort: Sachsenstraße 8, 34131 Kassel  
Kontakt & Anmeldung: Heike Terhorst  
eMail: heike.terhorst@web.de @

Mittwoch, 21. August 2024  
20 - 21:30 Uhr  
ANNETTE KAISER

## IN GROSSER DANKBARKEIT LEBEN ... JETZT!

Ein online-Impulsabend

Kontakt & Anmeldung:  
@ Marietta Heuken  
eMail: info@marietta-heuken.de

Sonntag, 10. November 2024  
10 - 17 Uhr  
ULRIKE ROSA BLATTER, STEPHAN BLATTER  
& MARIETTA HEUKEN

## DAS AUFBLÜHEN DER SCHÄTZE IM ALTER

Ein Live-Tagesworkshop in Usingen bei Frankfurt

Veranstaltungsort: Praxis Herzerwachen  
Hohlstraße 1, 61250 Usingen  
Kontakt & Anmeldung: Ulrike Rosa Blatter  
@ eMail: info@herzerwachen.com

Sonntag, 24. November 2024  
15:30 - 17 Uhr  
HEIKE TERHORST & CLAUDIA KINGEN

## EWIGKEIT - SO SORGLOS STILL & WEIT

Ein Live-Event mit Lesung in Elsoff im Westerwald

Veranstaltungsort: Mittelstraße 3, 56479 Elsoff  
Kontakt & Anmeldung: Claudia Kingen  
@ eMail: c.kingen@freenet.de

Sonntag, 1. Dezember 2024  
19 - 20:30 Uhr  
DR. GABRIELLE ST. CLAIR

## R-Evolution des Älter-Werdens Aufbruch in Liebe & Achtsamkeit

Ein online-Vortrag mit anschließendem Gespräch

Kontakt & Anmeldung  
@ Heike Terhorst  
heike.terhorst@web.de

Alle Veranstaltungen  
basieren auf Spendenbasis.