

- Auskunft** **Walter Wilhelm**  
w.wilhelm@bethesda-stiftung.ch  
Telefon 078 612 86 43
- Anmeldung** Die Anmeldung gilt als verbindlich und wird bestätigt. 10 Tage vor der Durchführung erhalten Sie weitere Unterlagen.  
**Anmeldeschluss 1. Mai 2022**
- Datum** Datum Freitag 3. – Pfingstmontag 6. Juni 2022
- Tagungsort** Im Hotel Artos, Alpenstrasse 45, Interlaken, **www.artos-hotel.ch**  
und auf dem Jakobsweg in vier Etappen von Brienz nach Thun.
- Leitung** **Hanna Wilhelm**, Pfarrerin der EMK und Spitalseelsorgerin im Ruhestand  
  
**Walter Wilhelm**, Leiter Diakonie und Seelsorge der Stiftung Diakonot Bethesda, Leiter der Bethesda Weg-Gemeinschaft
- Veranstalter** Ein Angebot der Bethesda Weg-Gemeinschaft **www.bethesda-weg-gemeinschaft.ch**  
und von Pilgern und Wandern. **www.pilgernundwandern.ch**

## Kosten

**Im Doppelzimmer:** Fr. 675.- pro Person

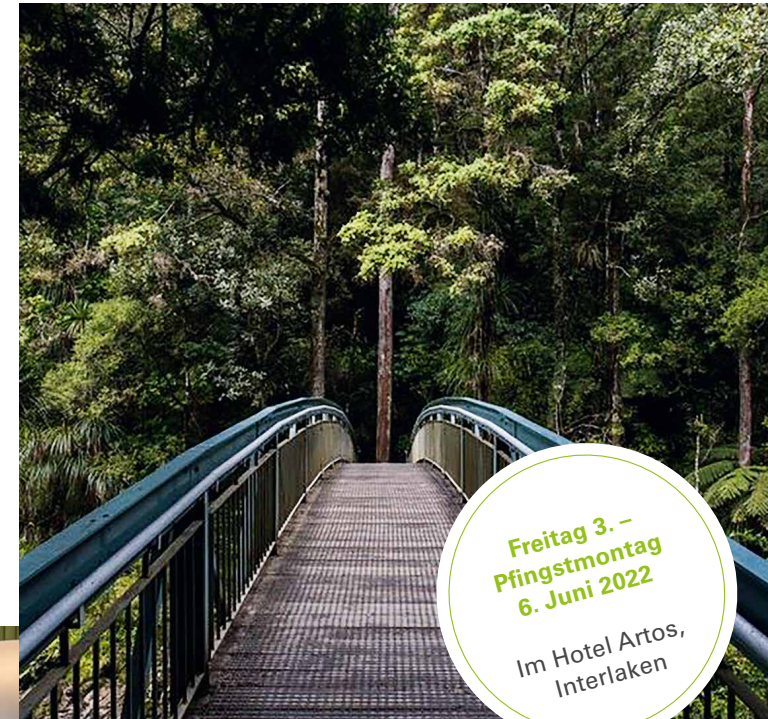
**Im Einzelzimmer:** Fr. 765.- pro Person

Mitarbeitende der Stiftung Diakonot Bethesda, der Bethesda Spital AG und der Bethesda Alterszentren AG und ihre PartnerInnen erhalten je Fr. 250.- Ermässigung.

**Im Preis inbegriffen:** Zimmer mit Dusche/WC, Balkon, WLAN, Benützung des Wellnessbereichs SPArtoS, Halbpension mit Viergang-Abendessen und Frühstücksbuffet plus Wanderlunch Sa-Mo, Fahrkarten für den ÖV für die Pilgerwanderungen von Freitag bis Montag, Kurs- und Pilgerleitung.

**Nicht inbegriffen:** Getränke bei den Abendessen, An- und Heimreise nach/von Interlaken.

**Bitte beachten Sie:** Die Unfallversicherung ist Sache der Teilnehmenden.



**Freitag 3. –  
Pfingstmontag  
6. Juni 2022**

**Im Hotel Artos,  
Interlaken**

*Den Übergang in den  
Ruhestand be-gehen,  
neu starten.*

*Ein Pilgerseminar für Berufstätige,  
die 1-5 Jahre vor dem Ruhestand sind,  
sowie für ihre PartnerInnen.*



## Den Übergang in den Ruhestand be-gehen, neu starten.

Das Leben ist wie ein Weg mit Kurven. Und hinter den Kurven warten neue Abschnitte darauf, entdeckt und durchschritten zu werden. Der Wechsel vom Berufsalltag in den Ruhestand ist so eine Kurve. Eine neue Lebensphase bahnt sich an. Sie kann ersehnt werden: Endlich Zeit, um ohne die Verpflichtungen einer Erwerbsarbeit auf der Schaukel zu sitzen und die Beine und Seele baumeln lassen zu können! Und gleichzeitig kann eine neue Lebensphase auch Unsicherheit auslösen: Alltägliches und Gewohntes wird entschwinden, Unbekanntes und Ungeohntes beginnt. Diesen Lebensübergang gut gestalten: Wie geht das?

**Das Pilgerseminar fördert die Teilnehmenden in ihrer persönlichen Lebensgestaltung und hilft, Türen zum neuen Lebensabschnitt zu beschreiben und aufzustossen.**

### Themenaspekte sind:

- Wie gewinne ich einen Überblick? – Phasen des dritten Lebensabschnitts abstecken.
- Wie will ich leben? – Der neuen Lebensphase Konturen geben.
- Was ergibt für mich Sinn? – Woraus ich mir Erfüllung und Bestätigung erhoffe.
- Wie sieht mein Beziehungsumfeld aus? – Am eigenen sozialen Netz knüpfen.
- Und was ist mit meiner Gesundheit? Mensch sein durch und durch.

Fragen zu finanziellen Aspekten (Rente, Testament) werden am Pilgerseminar nicht aufgenommen.



### Horizonte eröffnen

Kurzreferate im Hotel eröffnen Horizonte, die anhand von Impulsen und Eigenzeiten beim pilgernden Unterwegssein an vier Pilgerwanderungen auf dem Jakobsweg von Brienz nach Thun vertieft werden. Das Hotel Artos in Interlaken ist dabei die jeweilige Ausgangsbasis, von der aus wir uns jeden Tag auf den Weg machen und zu der wir an jedem Abend zurückkehren. Es ist deshalb möglich, beim Pilgern mit einem leichten Tagesrucksack unterwegs zu sein.



### Zielgruppe

Das Pilgerseminar ist geeignet für Berufstätige, die 1-5 Jahre vor dem Ruhestand stehen, inkl. deren PartnerInnen.

### Eckdaten

Das Pilgerseminar beginnt am Freitag um 10.30h im Hotel Artos und endet dort im Verlauf des Montagsnachmittags. (Die Kosten sind auf der Rückseite zu finden.)

### Angaben zu den Pilgerwanderungen:

#### Freitagnachmittag:

Brienz-Oberried / 9km / ↑ 320m und ↓ 300m / 3 Std.

#### Samstag:

Oberried-Interlaken / 10km / ↑ 320m und ↓ 340m / 3.5 Std.

#### Sonntag:

Interlaken-Merligen / 15km / ↑ 460m und ↓ 460m / 4.5 Std.

#### Montag:

Spiez-Thun / 14km / ↑ 230m und ↓ 230m / 4 Std.

## Anmeldetalon

Vorname(n), Name(n):

Strasse:

PLZ / Ort:

E-Mail:

Natel:

### Ich arbeite im Bethesda

- Ja (Betrieb: .....)
- Nein

### Buchung Zimmer

- Einzelzimmer
- Doppelzimmer

Datum / Unterschrift .....

**Diesen Talon per Post oder per Mail (fotografiert), [w.wilhelm@bethesda-stiftung.ch](mailto:w.wilhelm@bethesda-stiftung.ch) an uns retournieren.**