

## Presseinformation

### Dem „Schattengold“ auf der Spur

Caritas-Ehrenamtliche beschäftigten sich mit Talenten, Leidenschaften und nicht gelebten Träumen/ Grenzen beachten

**Münster (cpm).** „S,hattengold“ - unter diesem Titel einer Fortbildung beschäftigten sich Caritas-Ehrenamtliche mit den "Optionen für die zweite Lebenshälfte" Die Caritas-Konferenzen Deutschlands (CKD) im Bistum Münster hatten dazu eingeladen. Zielgruppe waren die engagierten Frauen und Männer, die überwiegend in der nachfamiliären oder nachberuflichen Phase ihres Lebens stehen.

„In der zweiten Hälfte unseres Lebens, auch nachdem viele Pflichten erfüllt sind, kehren die Erinnerungen nicht selten an Lebensereignisse zurück, die das eigene Leben bestimmt haben“, erklärte Referent Dr. Bernhard Hülsken die Idee zu diesem Workshop: „Mit Fragen und kreativen Methoden können wir unserem ‚Schattengold‘ der nicht gelebten Träume, Talente und Leidenschaften auf die Spur kommen und für die Zukunft nutzbar machen.“

Um Begabungen und Interessen aus der ersten Lebenshälfte wieder zu finden, machten sich die Caritas-Ehrenamtlichen auf die Suche in ihrer eigenen Biographie. Mit inhaltlichen Inspirationen aus Liedern, der Literatur und biblischen Geschichten konnten die Teilnehmenden schließlich ihrem „Schattengold“ auf die Spur kommen. Zur Ergebnissicherung dienten ein gemaltes Bild und eine „Postkarte an sich selbst“, die jeder Teilnehmende für sich gestalten konnte.

„Uns geht es mit dem Angebot eines solchen Workshops vor allem darum, unseren Ehrenamtlichen in den Caritas-Gruppen einen Freiraum zur Reflexion zu ermöglichen,“ so CKD-Geschäftsführerin Lena Dirksmeier. Nicht selten gingen Ehrenamtliche auch über persönliche Grenzen hinweg, um ihren Mitmenschen zu helfen. Daher gelte es, sich anhand solcher Fortbildungstage Erholung zu verschaffen und die eigenen Ressourcen neu zu aktivieren.

115-2016 (cki) 27. September 2016

Bild:

Auf die Suche nach dem „Schattengold“ machten sich die Teilnehmenden des Workshops im Diözesancaritasverband in Münster. (Foto: Christoph Kirchhoff/Caritas)

