



Katholische Kirche  
Region Rorschach



**Ich gehe meinen Weg**

**Seminar**

zu

**Trennung - Scheidung**

für betroffene Frauen und Männer

Januar 2021

*„Mir hat das Seminar gut getan! Ich fühle mich gestärkt und habe mehr Klarheit gewonnen für meine Situation.“ Seminarteilnehmer*

## Themen

**Einstiegabend:** Vorstellung - meine Situation – Kraftspender - Energiefresser

### Samstag:

- Die Phasen der Trennung – wo stehe ich?
- Ich schaffe mir Raum und bestimme mein Umfeld
- Fachliche Hilfestellungen
- Vergeben – wie geht das - ist das was für mich?
- Ausblick – Perspektiven gewinnen. Segen auf den Weg.

**Nachtreffen** 1/2 Jahr später: Gelungenes und Knackpunkte seit Seminarabschluss und Umgang damit.

Wenn Sie solche Themen ansprechen und Sie mitten in oder nach einer Trennung oder Scheidung stehen, dann laden wir Sie herzlich zu diesem Seminar ein.

**Arbeitsweise:** In einem vertrauensvollen Rahmen geben wir fachliche Impulse für persönliche Überlegungen und Gespräche untereinander. Der Kreis Gleichbetroffener wirkt dabei unterstützend – „ich bin nicht alleine mit meinen Fragen und Erfahrungen.“ Zudem bekommen Sie Zeit, um die eigenen Fragestellungen zu bearbeiten.

**Ziel** ist es, das Geschehene besser zu verstehen und ermutigende Perspektiven für das eigene Leben zu gewinnen.

Das Seminar ist **offen für alle** interessierten Männer / Frauen

*„Zuerst war ich skeptisch und wollte mich nicht anmelden, da ich Angst hatte, dass das Seminar wieder alte Wunden aufreisst. Nun, zum Abschluss, bin ich sehr froh, dass ich mitgemacht habe. Nur das gut begleitete Hinsehen bringt mich weiter. Ich gehe beflügelt und aufgestellt nach Hause.“ Seminarteilnehmerin*

## Leitung

**Cornelia Callegari**, Seelsorgerin, Rorschach

**Matthias Koller Filliger**, Erwachsenenbildner/Theologe,  
Fachstelle Partnerschaft-Ehe-Familie Bistum St.Gallen



## Veranstalter

Katholische Kirche Region Rorschach  
Evang.-ref. Kirchgemeinde Rorschach  
Fachstelle Partnerschaft-Ehe-Familie Bistum St. Gallen

## Daten

- Einstiegabend: Dienstag, 12. Jan 2021, 19.30-22h
- Samstag, 23. Jan 2021, 09.00h bis 18.00h
- Nachtreffen: im Juni 2021 (Terminvereinbarung im Seminar)

**Ort:** Kaplanei Wilen-Wartegg, 9404 Rorschacherberg  
Mit öV gut erreichbar. Parkplätze vorhanden

**Kosten:** Fr. 90.- pro TeilnehmerIn (inkl. Mittagessen am Samstag)  
*Bei finanziellen Fragen bitte an C. Callegari oder P. Helfenstein wenden*

**Anmeldung** bis Dienstag, 5. Jan 2021 an:

Cornelia Callegari, Kaplaneiweg 3, 9400 Rorschach

Tel.: 071 844 40 61 Mail: cornelia.callegari@krr.ch

Pius Helfenstein, Signalstr. 34, 9400 Rorschach

Tel.: 071 844 54 14 Mail: pius.helfenstein@ref-rorschach.ch

- Die Anmeldung wird bestätigt.
- Die Anzahl TeilnehmerInnen ist beschränkt.
- Nur Einzelanmeldungen. Keine getrennten Paare.