

plento

»planto« lat. Ich pflanze
»plenty« engl. reichlich

Die plento-Seminare stärken Selbsthilfekräfte und schaffen Gelegenheit zur physischen und psychischen Regeneration. Erleben Sie wertvolle Tage im Kurhaus Hotel Bad Bocklet zur Besinnung und Bestärkung im Alltag.

Konflikte

Arbeits- und Erwartungsdruck

Hohe Geschwindigkeit des Alltags

Fehlende Wertschätzung

Bezogenheit auf andere

Risikofaktoren

Perfektionismus
Mangel an Erholung



Ganzheitliche Gesundheitsseminare

Zur Förderung und Erhaltung des ganzheitlichen Wohlergehens

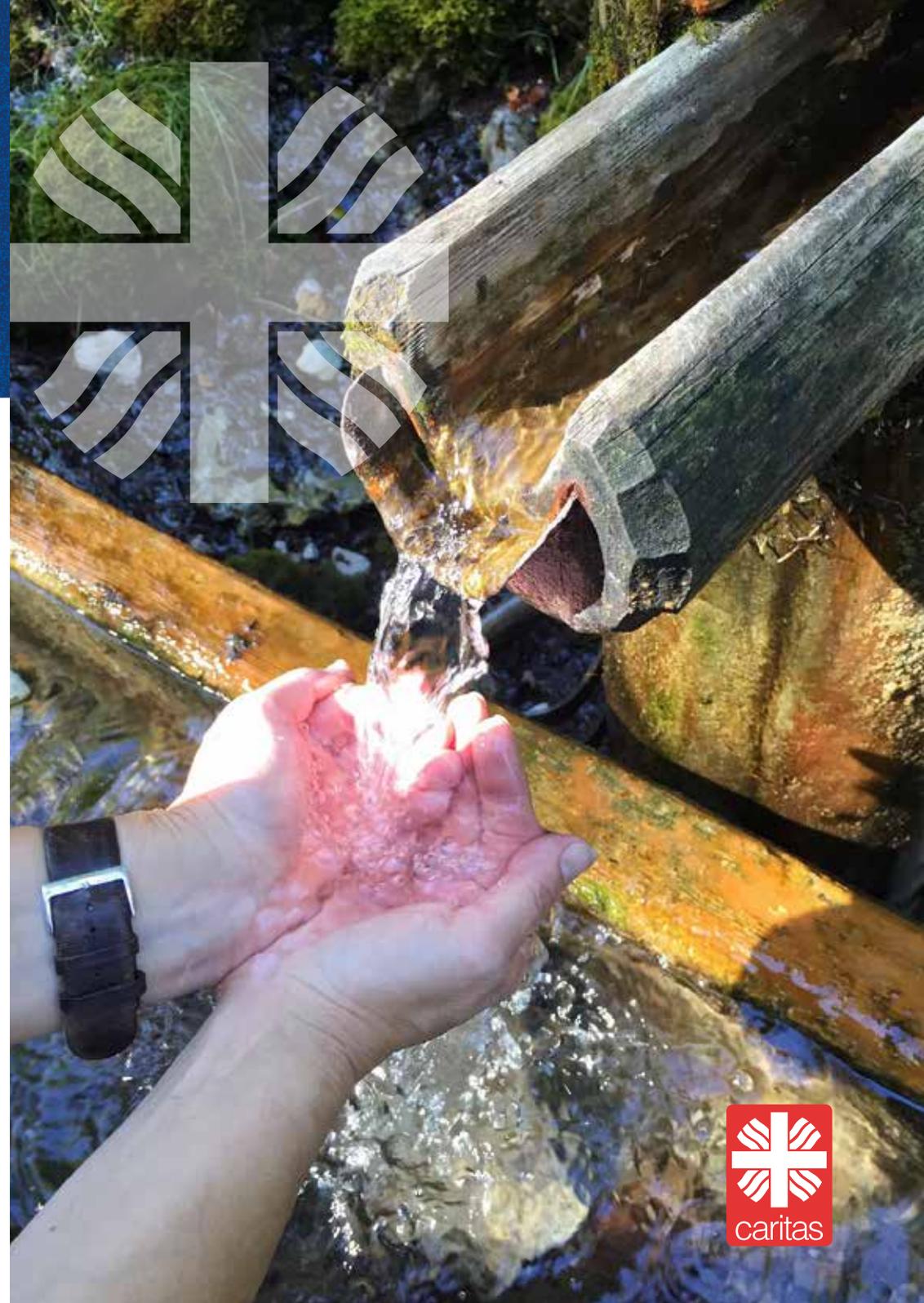
Gesund. Leben. Bayern.



Bayerisches Staatsministerium für Umwelt und Gesundheit



Weitere Informationen und Seminarangebote: www.plento.info



**Liebe Mitarbeiterinnen, liebe Mitarbeiter
im Dienst der „caritas“!**

„Urlaubszeit – die schönste Zeit!“ „Ferien – die fünfte Jahreszeit!“
So bringt der Volksmund die Freude über die bevorstehenden Wochen
zum Ausdruck.

Nach dem schwierigen Arbeitsjahr mit seinen ungeahnten Herausforde-
rungen und Belastungen insbesondere durch die Corona-Pandemie mit
ihren Auswirkungen und Folgen wünschen wir Ihnen von Herzen eine
erholsame Sommerzeit!

Das Bild auf der Titelseite zeigt zwei Hände zu einer Schale geformt, mit
der ein Mensch aus einer erfrischenden Quelle schöpft. Bemerkenswert
ist, dass seine Uhr nicht zu sehen ist!

„Gönne Dich Dir selbst!“ Das Wort des hl. Bernhard von Clairvaux gilt in
den kommenden Wochen auch Ihnen! Es ist eine Einladung, bewusst
Pause zu machen. Sie sind nicht nur in Ihrem sozialen Beruf, sondern
auch in ihrer Familie und in Ihrem persönlichen Umfeld stets für andere da.

„Gönne Dich Dir selbst!“ Das ist unsere Hoffnung, dass Sie sich jetzt
die Pause gönnen. Dazu müssen Sie aber nicht in allzu weite Fernen
reisen und auch nicht nur die Sommerferien abwarten. Im Blick auf die
Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, besonders in den stark fordernden
und belasteten Berufen wie z.B. der Pflege und der Betreuung, hat der
Caritasverband für die Diözese Würzburg mit PLENTO ein Angebot
entwickelt, das Ihnen das ganze Jahr über die Möglichkeit der physi-
schen und psychischen Erholung und Stärkung bietet. Weiterführende
Informationen dazu finden Sie auf der Rückseite dieses Briefes.

„Gönne Dich Dir selbst!“ – Genießen Sie die Pause! Gottes Segen
begleitet Sie! Wir freuen uns nach den Ferien auf ein frohes und
gesundes Wiedersehen!

In Dankbarkeit und herzlicher Verbundenheit grüßen Sie

Clemens Bieber
Domkapitular
Vorsitzender

Barbara Stamm
Landtagspräsidentin a. D.
Ehrenvorsitzende

Gönne Dich Dir selbst!

Ich sage nicht:

Tu das immer.

Aber ich sage:

Tu es wieder einmal.

Sei wie für alle anderen Menschen

auch für dich selbst da.

Bernhard von Clairvaux 1091–1153
Zisterziensermönch, Gedenktag am 20. August



Caritasverband
für die Diözese Würzburg e. V.

Caritashaus
Franziskanergasse 3
97070 Würzburg
Telefon 0931 / 386 66 684
vorstandsbuero@caritas-wuerzburg.de
www.caritas-wuerzburg.de