

旅程階段：	內容簡介：
課程介紹	半日講座用以介紹未來課程和活動細節，用以招募同路人
個人成長	課程結合人生際遇，加上研經，神學，哲學，應用科目，幫助學員能在基督裡面對轉變的壓力，從而成熟並找到存在的價值和生命的意義和方向。
人際關係	學員們隨着中年或退休的臨近，無論家庭，夫妻，生活，工作，教會，朋友，社區的角式，都有所改變。課程能讓學員重新認識人際間定位與關係，讓學員能更加有效扮演不同角式。
生命故事	為活更豐盛的生命, 參與者學習透過「起、承、轉、合」的方法, 譜出他/她的生命的故事。「起」是回望過去, 「承」是從反思了解自己和召命, 「轉」是更新轉化, 「合」是計劃前路, 實踐和跟進。用REST小組式的運作, 參與者可以互相學習、啟發和激勵! 這方法可以連結過去、現在和將來, 甚至薪火相傳!
使命實踐	學員們也許會有一個人生下半場的使命（透過事工把人生經歷中所得着的承傳給別人）。這使命可能是： 教會服侍，福音外展，宣教裝備，家庭服侍，關懷探望，知識事奉，門徒訓練，跨代親子，生命導師，社區服侍，職場事奉，社會企業，社會變革... 等等。工作坊的目的是讓學員一個機會去構思，計劃並實踐他們的使命。過程中，工作坊會提供導師幫助學員解答疑難，資料提供，並小組分享和學習，雖然各有不同的事工，但工作坊內，同學員和導師們是同心同行。
退修總結	總結年多，個人和羣體學習並實踐的經驗