

Auszeitseminar

STÄRKEN stärken – Sich selbst wirkungsvoll und authentisch erleben

15.04.2023

09:00 – 17:00 Uhr

Exerzitienhaus St. Paulus,
Leitershofen



KAB-Bildungswerk
Diözese Augsburg e. V.



Bild: Michael Kleinsasser/pixabay

STÄRKEN stärken

In jedem von uns steckt oft mehr, als wir uns selbst darüber im Klaren sind. In diesem Seminar lernen die Teilnehmer:innen ihre eigene Person zu reflektieren und sich ihrer eigenen Stärken und mentalen Ressourcen bewusst zu werden. Denn die Erkenntnis und das Entdecken von „versteckten“ Fähigkeiten und Stärken macht selbstwirksamer, selbstbewusster und ermöglicht eine authentische Lebensführung. Hervorgebracht werden sollen diese schlummernden Stärken durch angeleitete Übungen in der Natur. Die Teilnehmer:innen werden dadurch befähigt, neue Kraft für die Herausforderungen des Alltags zu sammeln und ein unbeschwerteres und damit gesünderes Leben zu führen. Im Kern ist dieses Seminar ein Versprechen an sich selbst.

Im diesem eintägigen Seminar spüren die Teilnehmer:innen, wie gut es ihnen tut, den Blick weg von den eigenen Schwachstellen zu richten und sich auf ihre Stärken zu fokussieren und diese Stärken zu stärken.

In unserem dreitägigen Herbstangebot vom 29.09. bis 01.10.2023 in Bernried vertiefen wir die Wahrnehmung unserer gestärkten Persönlichkeit.

Nähere Informationen folgen in einem separaten Flyer.

Referentin:

Monika Eberhardt,
Präventions- und Gesundheits-
psychologin B.A., Krankenschwester

Leitung:

Renate Hofner,
KAB-Referentin, Sozialwirtin,
systemischer Coach

Anmeldung:

**KAB-Bildungswerk
Diözese Augsburg e. V.**
Tel. 0821 3166-3515
anmeldung@kab-augsburg.org
www.bildungswerk.kab-augsburg.org

Teilnahmebeitrag:

50,- Euro; KAB-Mitglied 35,- Euro

Anmeldeschluss:

31.03.2023

Es gelten die AGB des Bildungswerks.

KAB Bildungsarbeit BAYERN



KAB! TRITT EIN FÜR DICH.