

KAB PRESSIG LÄDT ZUM VORTRAG EIN:

14. Oktober 2026 · 18:00 Uhr

Denk dich (un)glücklich!



Bild: KI-generiert

ORT Pfarr- und Jugendheim
Pressig
(neben der kath. Kirche)
Hauptstraße 20,
96332 Pressig

KOSTEN Die Teilnahme ist
kostenfrei.

Die Referentin geht in diesem Vortrag unseren selbstschädigenden Gedanken auf den Grund und entwickelt Strategien für einen gesunden Lebensstil.

Kennen Sie es, wütend auf sich selbst oder andere zu sein? Wir sind oft überzeugt: „Mein Chef oder mein Partner macht mich wütend.“

Aber bereits der antike Philosoph Epiktet hat erkannt, dass unsere Sicht der Dinge unglücklich macht. Die moderne Verhaltenstherapie hat sich diese Erkenntnis auf die Fahne geschrieben und ist der Meinung: „Unsere Gedanken erzeugen unsere Gefühle.“

Katja Reitz nimmt uns mit auf eine spannende Reise in die Welt der Gedanken.

Die KAB-Gemeinschaft Pressig freut sich auf Ihr Kommen und hofft auf eine rege Teilnahme.

KAB Bildungswerk Bamberg e.V.

www.kab-bamberg.de

Laubanger 23, 96052 Bamberg

0951-91691-0

kab-veranstaltungen@kab-bamberg.de

KAB Bildungsarbeit BAYERN

Datenschutz: Gespeichert werden die bei der Kontaktaufnahme angegebenen Daten: Name, Vorname, Straße und Hausnummer, Postleitzahl und Wohnort, die Telefon-, FAX- und Mobil-Nummer sowie die E-Mail-Adresse. Wir verwenden diese Daten, um Sie über künftige Veranstaltungen zu informieren. Die gespeicherten Daten verbleiben bis eine Löschung gewünscht wird. Weitere Informationen zur Verarbeitung der Daten finden Sie unter:

www.kab-bamberg.de/rechtliches/datenschutz, <https://www.kab-bamberg.de/datenschutz.html>.

V.i.S.d.P. Ralph Korschinsky, KAB Bildungswerk Bamberg e.V., Laubanger 23, 96052 Bamberg