

DAS IMMUNSYSTEM DER SEELE STÄRKEN
RESILIENZTRAINING FÜR ERWACHSENE

FRAUENSEMINAR 18.09. - 19.09.20, JOHANNISTHAL



Photo by Sarah Cervantes on Unsplash

DAS IMMUNSYSTEM DER SEELE STÄRKEN

Im Laufe unseres Lebens sind wir immer wieder mit Veränderungen und Wendepunkten konfrontiert. Allerdings gehen wir mit Unvorhersehbarem oft unterschiedlich um. Manche integrieren es schnell in ihr Leben, andere drohen daran zu zerbrechen.

Der entscheidende Faktor, wie schnell man nach Herausforderungen des Lebens wieder auf die Beine kommt, ist die Resilienz des Menschen.

Mit Hilfe des Resilienztrainings werden Faktoren wie Lösungsorientierung, Optimismus und Eigenverantwortung geschult und trainiert. Die Teilnehmerinnen werden in diesem Seminar einen Einblick in dieses Training erhalten und eine Vielzahl an Übungen und Tipps für den Alltag mitnehmen, um das Immunsystem ihrer Seele zu stärken.

Photo by Miguel Bruna on Unsplash

RE • SI • LI • ENZ

psychische Widerstandskraft; Fähigkeit, schwierige Lebenssituationen ohne anhaltende Beeinträchtigung zu überstehen

TERMIN:

18.09.2020 mit dem Abendessen bis
19.09.2020 mit dem Abendessen

PROGRAMMHIGHLIGHTS:

- 👉 Arbeitseinheiten mit Michaela Blattnig am Freitag und Samstag
 - 👉 gemeinsamer Gottesdienst in Johannisthal
 - 👉 Filmgespräch zum Film „Die göttliche Ordnung“
-

IHRE ANSPRECHPARTNERIN: MICHAELA ZWERGER

KAB-Diözesansekretärin

Tel: 0941 5972314
m.zwenger@kab-regensburg.de



IHRE TRAINERIN:

MICHAELA BLATTNIG

Dipl. Sozialpädagogin, systemische Beraterin,
Resilienztrainerin

Als Bildungsreferentin hat sie mehrere Jahre junge Menschen dabei unterstützt, ihre eigenen Stärken und Fähigkeiten zu entdecken. Mit ihrem Wissen als systemische Beraterin unterstützt sie Menschen in Phasen der Verunsicherung und hilft dabei, Knoten zu lösen und neue Perspektiven einzunehmen. Als Resilienztrainerin zeigt sie Wege auf, um in schwierigen Lebenssituationen und an Wendepunkten die eigenen Ressourcen gezielt einzusetzen.

Als Referentin war sie an der Vorbereitung und Durchführung von Großprojekten wie dem Papstbesuch 2006 und dem Katholikentag 2014 im Einsatz. Diözesane Strukturen, Bildungsträger und Verbände sind ihr vertraut. Seit fünf Jahren ist sie stellvertretende Leiterin des Bildungshauses Schloss Spindlhof.

VERANSTALTER:

KAB Bildungswerk
im Bistum Regensburg e.V.
Adolf-Kolping-Platz 1
92637 Weiden

in Zusammenarbeit mit

KAB Diözesanverband Regensburg
Obermünsterplatz 7
93047 Regensburg

SEMINARORT:

Exerzitienhaus Johannisthal
Johannisthal
92670 Windischeschenbach
094681/400150



KOSTEN:

Tagungsgebühr 56 €
(für KAB-Mitglieder)

Tagungsgebühr 76 €
(für Nicht-KAB-Mitglieder)

Bitte überweisen Sie die Tagungsgebühr an:
KAB-Bildungswerk i. d. Diözese Rgbg. e.V.
IBAN: DE91 7509 0300 0001 3125 45
BIC: GENODEF 1M05

ANMELDESCHLUSS:

2 4 . 0 8 . 2 0 2 0

ANMELDUNG:

bis spätestens 24.08.2020

KAB-Sekretariat Weiden
Adolf-Kolping-Platz 1
92637 Weiden

Tel.: 0961/33161,

Fax: 0961/33159

E-Mail: info@kab-regensburg.de

SONSTIGES:

Sollten Sie in diesen besonderen Zeiten
Bedenken bzgl. einer Übernachtung haben,
melden Sie sich im Büro.
Wir finden individuelle Lösungen!

Denken Sie an Ihre Mund-Nase-Bedeckung!