



Zum Glück! oder „Die Kunst des glücklichen Lebens“

Ein Seminar rund um Herzenswünsche,
Loslassen und die Entwicklung einer
tragfähigen Resilienz

3-tägig: 5. – 7. Juni 2024



*QR-Code scannen und
direkt zur Veranstaltung!*



Ev. Erwachsenen- und
Familienbildung
Westfalen und Lippe e. V.

Zum Glück! oder „Die Kunst des glücklichen Lebens“

Wir haben unser Glück selbst in der Hand. Dieser Erkenntnis folgend, beschäftigt sich das Seminar auf ungewöhnliche Weise mit zentralen Lebensthemen und möchte so einen Beitrag zum Glück(-lich)sein leisten. Doch was sind die individuellen „Bausteine des Glücks“? Was bringt es im Beruf und im Privaten, überwiegend glücklich zu sein? Was unterscheidet Glück von Zufriedenheit und wie kann ich Glück praktisch und alltags-tauglich für mich bewirken?

Um folgende Schwerpunktthemen geht es:

- Herzenswünsche – die Kunst, Wünsche und Träume zu erkennen und zu verwirklichen.
- Loslassen – die Kunst, Überflüssiges (los-)zulassen und Raum für Neues zu schaffen.
- Vertrauen – die Kunst, der Intuition zu trauen und der Stimme des Herzens zu folgen.
- Anerkennung – die Kunst, Lob und Anerkennung zu geben und zu empfangen.
- Wertvolles – die Kunst, das wirklich Wichtige zu erkennen und so Orientierung zu finden.

Besonderes Augenmerk legen wir auch auf den Umgang mit Stress und Ärger und die Entwicklung einer tragfähigen Widerstandskraft (Resilienz) z. B. im Beruf als Voraussetzung für ein glückliches Leben.

Das Seminar richtet sich an Menschen, die ihre eigene Resilienz z. B. im Beruf stärken wollen. Teilnehmende aus den Bereichen Bildung, Soziales, Therapie und Coaching erhalten Hinweise und Methoden, wie sie das Thema anderen Menschen vermitteln können.

Falls Sie von der Anmeldung zurücktreten müssen, ist dies bis zum 01.05.2024 kostenfrei möglich. Danach berechnen wir die Kosten wie folgt: bis 28.05.2024 sind 60 % des Gesamtbetrags zu entrichten, danach 100 % – sofern der Platz nicht anderweitig vergeben werden kann. Maßgebend ist der Eingang der schriftlichen Stornierung per Mail oder Post in unserem Büro.



DATUM

3-tägig
Mi 05.06.2024,
11.00 Uhr –
Fr 07.06.2024,
15.00 Uhr



KOSTEN

255,00 €
(Kursgebühr,
2x ÜN/VP)



ORT

Kolping-Bildungsstätte
Coesfeld
Gerlever Weg 1
48653 Coesfeld



LEITUNG

Sabina Kocot
(ganzheitlich-
systemischer Coach,
Yoga- und Bewegungs-
trainerin)



BILDUNGSURLAUB

Ev. Erwachsenen- und Familienbildung Westfalen und Lippe e. V.

Haus Landeskirchlicher Dienste
Olpe 35, 44135 Dortmund
0231 5409-10
www.ebwwest.de
www.ebwwest.de/facebook
www.ebwwest.de/instagram

Ansprechpartnerinnen:

Gesine Lübbers
Doreen Harnischmacher
0231 5409-43
doreen.harnischmacher@ebwwest.de



ANMELDUNG UNTER:

0231 5409-43
doreen.harnischmacher@ebwwest.de