

Seminar Planer 2026



Kreuzbund Diözesanverband Osnabrück e. V.

Seminar Planer 2026

Einladung zum Junge Menschen Wochenendseminar „Resilienz und Lebenszufriedenheit“

Termin: 19. bis 21. Juni 2026

Anmeldefrist: 23. April 2026

Veranstaltungsort: LandvolkHochschule Oesede, Gartbrink 5, 49124 Georgsmarienhütte

Zielgruppe: Alle Gruppenmitglieder

Teilnehmerzahl: 20 Personen

Referent: Conrad Tönsing

Teilnahmegebühr: Kreuzbundmitglieder: 40,00€
Nicht- Kreuzbundmitglieder: 80,00€

Resilienz beschreibt die psychische Widerstandsfähigkeit eines Menschen- also die Fähigkeit schwierige Lebenssituationen, Krisen und Schicksalsschläge ohne dauerhafte seelische und gesundheitliche Schäden zu überstehen. Eine hohe Resilienz ist eine gute Grundlage für mehr Lebenszufriedenheit, verbunden mit dem Glauben an die eigenen Fähigkeiten und Stärken (Selbstwirksamkeit).

Im Rahmen des Seminars wollen wir nicht nur danach schauen, was uns stark und widerstandsfähig macht, sondern auch danach, was wir selbst tun können, um Glück und Zufriedenheit in unserem Leben zu steigern. D.h. wir wollen uns mit den Wünschen und Erwartungen an das eigene Leben befassen und damit, was jede und jeder Einzelne selbst tun kann um die eigenen Möglichkeiten zu erkennen und die gewünschten Ziele zu erreichen.

