

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.

