

## VNR 25-05-17 Männerseminar : Resilienz

Resilienz – ein Thema für uns alle. Oft gehört, sei gut und hilfreich, aber was heißt das überhaupt? Eine kurze Beschreibung lautet, Resilienz ist die Fähigkeit emotionale und mentale Belastungen zu überwinden, ohne dass daraus psychische Störungen entstehen können. Resilienz bedeutet, mehr positive Emotionen, mehr Lebensfreude, bessere Lösungsstrategien, bessere Widerstandsfähigkeit fördern - Probleme lösen ohne dass Stress aufkommt.

Wir wollen uns mit Resilienz näher auseinandersetzen und lernen gelassener zu werden...

Termin	16. - 18.05.2025
Tagungsort	Kath. Landvolkshochschule Wies e.V. Wies 20, 86989 Steingaden Tel. 08862-9104-0
Beginn	Freitag 18 Uhr mit dem Abendessen
Ende	Sonntag nach dem Mittagessen, ca 13:00 Uhr
Teilnehmer maximal	17 Personen
Teilnehmer minimal	12 Personen
Referent	Klaus Bilgeri, Dipl.Soz.Päd.(FH)
Selbstbeteiligung	Kreuzbund-Mitglieder 100 Euro Gruppenbesucher 120 Euro
Anmeldung	bis spätestens <b>21.02.2025</b> über Gruppenleiter

## VNR 25-06-28 Themenseminar 2 : ???????

Termin	27. - 29.06.2025
Tagungsort	Tagungshaus Reimlingen, Schloßstraße 2, 86756 Reimlingen, Tel. 09081 290710
Beginn	Freitag 18 Uhr mit dem Abendessen
Ende	Sonntag nach dem Mittagessen, ca 13:00 Uhr
Teilnehmer maximal	17 Personen
Teilnehmer minimal	12 Personen
Referentin	Klaus Bilgeri, Dipl.Soz.Päd.(FH)
Selbstbeteiligung	Kreuzbund-Mitglieder 100 Euro Gruppenbesucher 120 Euro
Anmeldung	bis spätestens <b>21.05.2025</b> über Gruppenleiter