# GlücksMomente I LebensFreude I KraftQuellen

## Biografiearbeit für Achtsamkeit und Wertschätzung. Online Seminar

### Themenbereich
Persönlichkeitsentfaltung, Psychologie

### Kursbeschreibung
"Ein erfülltes Leben ist wie eine Schatzsuche, wobei man hin und wieder auf kleine Kostbarkeiten und große Juwelen stößt."
Unbekannt

Durch Erinnerungsarbeit bilden wir ein Fundament der Vergangenheit, der Gegenwart und der Zukunft. Im HiER und jETZT nehmen wir uns ganz bewusst Zeit für uns selbst und entdecken in kreativen (Schreib-)Impulsen unsere eigenen, inneren KraftQuellen. Wir erleben durch das Anwenden achtsamer Methoden, wie Biografiearbeit wirken kann und wie wichtig es ist, der eigenen LebensGeschichte und den eigenen Erfahrungen eine Wertschätzung zu geben.

In Einzelarbeitsphasen und im Austausch mit der Gruppe begeben wir uns auf die Suche und das (Wieder-)Entdecken unserer individuellen LebensJuwelen.

Es wird das Videokonferenzprogramm Zoom verwendet.

### Kurssprache
Deutsch

### Beginn
14.10.2024

### Ende
14.10.2024

### Kurstage
1

### Beginnzeit
16:00 Uhr

### Endzeit
21:00 Uhr

### Dauer
270 Minuten

### Beschreibung Zeit
-

### Ort
«waveCourseaddress.cityDe»
«address»

### Zielgruppe
Alle Interessierten

### Referent/in
Sylvie Dellemann

### Gebühr
90 € Beitrag inkl. 22% Mwst.

Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Anmeldeschluss
07.10.2024

## Kursanbieter
Jugendhaus Kassianeum

## Detailseite zum Kurs
https://www.jukas.net/veranstaltungen/detail/gluecksmomente-i-lebensfreude-i-kraftquellen-1319/

## Ansprechperson
Angelika Mahlknecht
Tel. +39 0472 279923
Email bildung@jukas.net