

Die Kursabende finden in den Gemeinderäumen der Adventgemeinde Uetze Westerkampstraße 8 31311 Uetze statt.

Die Kursabende beginnen jeweils um 19.00 Uhr.

Eine Anmeldung ist wünschenswert, aber nicht zwingend.

Die Teilnahme am Kurs ist kostenlos.

Ansprechpartner und Kursleiterin:
Nicole Bovelette-Waldau
Telefon: 05082/913033

Projekt der Adventgemeinde Uetze

Die lebensschule versteht sich als Bildungsangebot mit dem Ziel, grundlegende Kenntnisse über seelische und soziale Prozesse sowie praktische Anregungen zur Lebensbewältigung zu vermitteln. Mit der zunehmenden Individualisierung unserer Gesellschaft verlieren traditionelle Wege des „Leben-Lernens“ immer mehr an Bedeutung. lebensschule will helfen, eigene Stärken zu entdecken und soziale Fertigkeiten zu entwickeln.

lebensschule basiert auf Anregungen psycho-educativer Therapieansätze, richtet sich aber nicht vornehmlich an Patienten, sondern an alle, die das jeweilige Kursthema interessiert. Wissenschaftliche Erkenntnisse werden leicht verständlich erklärt. So kann jeder, der auf der Suche nach Lösungsansätzen für sich oder andere Menschen ist, vom Besuch der Kurse profitieren.



Mehr Informationen unter:
www.forum-lebensschule.de

Gelassenheit in stürmischen Zeiten



lebensschule
forum zum menschsein

Gelassenheit in stürmischen Zeiten

Kennen Sie Menschen, neben denen ein Blitz einschlagen könnte und die trotzdem nicht ihr Lächeln und ihre Ruhe verlieren? Menschen, die anscheinend kaum etwas erschüttern kann? Menschen, die selten in Hektik geraten und sich fast nie über etwas aufregen? Sie strahlen innere Ruhe aus, sind mit sich selbst im Reinen, treffen unaufgeregte und besonnene Entscheidungen, lassen negativen Stress vor der Tür und leben dadurch gesünder. Gelassene Menschen sind beneidenswert.

Gelassenheit ist (zumindest teilweise) eine typ- und persönlichkeitsbedingte Eigenschaft. Doch Gelassenheit lässt sich auch erlernen und trainieren.

Gelassenheit hängt mit unserer Lebensphilosophie zusammen. An der kann man arbeiten. Wenn man sich Zeit nimmt, um genauer hinzuschauen, wenn man einen inneren Disput startet, welche Einstellungen helfen oder verhindern, mehr Gelassenheit zu entwickeln, ist Veränderung möglich.

Dieser Kurs nimmt Sie mit auf eine Entdeckungsreise zu sich selbst. Vielleicht entdecken Sie neue Möglichkeiten, gelassener zu leben.

Mehr Informationen unter:
www.forum-lebensschule.de

Termine

Mittwoch 30. September

In mir selbst zu Hause sein

Es lohnt sich, gelassener zu werden.

Mittwoch 28. Oktober

Von Beziehungsrasern und Dränglern

Über Gier und Neid und was wir wirklich zum Leben brauchen.

Mittwoch 25. November

Mit meinen Grenzen leben

Grenzen erkennen und Raum zum Leben schaffen.

Mittwoch 16. Dezember

Neue Einstellungen ausprobieren

Lebensfallen und wie wir daraus entkommen.

