

# Was das Leben schöner macht!

Kursnummer 26L138216

---

Beginn Dienstag, 02.06.2026, 20:00 - 21:30 Uhr

---

Dauer 1 Termin

---

Ort VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 1.43

---

Dozent Dr. Torsten Reters

---

Kursentgelt 7,00 €

---

Um zur Zufriedenheit zu gelangen, bedarf es nicht nur einer gelingenden Work-Life-Balance. Im Hamsterrad des Daseins müssen wir gelassen und lösungsorientiert denken und handeln. Wohl denjenigen, die diesbezüglich selbstbestimmt und humorvoll agieren können! Meditative Auszeiten sind nötig, um unsere Widerstandskraft zu stärken. Dazu gilt es, die spirituelle Seite unseres Selbst zu entwickeln, um Wege zu einem tieferen Lebenssinn zu finden. Der Referent ist Soziologe und Sachbuchautor („Happy Hours“) zum Thema und bietet wissenschaftlich fundierte Lösungsansätze.

## Kurstermine

**Datum Uhrzeit Ort**

---

02.06.2026 20:00 - 21:30 Uhr VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 1.43

---

[zur Kursdetail-Seite](#)