

# „Sei deines Glückes Schmied“ - Werden Sie selbst zum Gestalter Ihres Glücks

Kursnummer 26Z182472

---

Beginn Sonntag, 10.05.2026, 09:30 - 17:45 Uhr

---

Dauer 1 Termin(e)

---

Ort VHS Studienhaus, 405

---

Dozent Jürgen Strauß

---

Kursentgelt 72,00 €

---

Glücklich sein, unabhängig von den Höhen und Tiefen des Lebens. Klingt vielversprechend? Ist es auch! Denn Glück ist kein Zufallsprodukt, sondern kann entwickelt und gefördert werden, ganz unabhängig von äußeren Umständen.

Basierend auf den Erkenntnissen der positiven Psychologie erkunden Sie, wie Sie Ihr persönliches Wohlbefinden gezielt stärken und Ihre Lebensfreude nachhaltig steigern können. Sie erkennen, welchen Einfluss Ihre innere Haltung auf Ihre Lebensqualität hat und wie Sie gezielt Glücksgefühle aktivieren. Durch praxisnahe Reflexionen richten Sie den Fokus auf das, was Ihnen guttut, und schaffen damit die Grundlage für ein glückliches Leben. Zahlreiche Impulse unterstützen Sie dabei, Leichtigkeit und Freude in Ihren Alltag zu integrieren und positive Veränderungen zu initiieren. Mit diesem Seminar werden Sie selbst zum Gestalter Ihres Lebensglücks.

## Kurstermine

**Datum Uhrzeit Ort**

---

10.05.2026 09:30 - 17:45 Uhr VHS Studienhaus, 405

---

[zur Kursdetail-Seite](#)