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

Kursnummer 26Z182473

Beginn Sonntag, 06.12.2026, 09:30 - 17:45 Uhr

Dauer 1 Termin(e)

Ort VHS Studienhaus, Raum 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
06.12.2026	09:30 - 17:45 Uhr	VHS Studienhaus, Raum 405

zur Kursdetail-Seite