



Resilienz-Workshop in Ahaus

Die eigenen Kraftquellen entdecken

Ahaus, 21. März 2024

Der Evangelische Kirchenkreis Steinfurt-Coesfeld-Borken lädt am 12. April (Freitag) zu einem Resilienz-Workshop nach Ahaus ein. Die Veranstaltung findet von 17 bis 20:15 Uhr im Dorothee-Sölle-Haus in Ahaus statt. (Wüllener Str. 16).

Geleitet wird der Workshop von der Dipl. Psychologin und Systemischen Therapeutin, Maria Grüter-Thesing.

Um den Alltag sowie herausfordernde Situationen zu bewältigen, braucht es Kraft. Wir alle kennen Momente oder Lebensphasen, in denen wir das Gefühl haben, festzustecken, nichts tun zu können, um unsere Lage zu verändern. In kritischen und belastenden Zeiten brauchen wir den Zugang zu unseren Kraftquellen ganz besonders.

Der Fokus der Veranstaltung liegt auf einem Bewusstseinstaining, das Spaß macht und gleichzeitig den Horizont erweitert, das alltagstauglich ist und zugleich auch ein kleines Abenteuer. Einen Schwerpunkt bildet die Integration von Kraftquellen in den "normalen" Alltag. Zahlreiche Anregungen, wirksame Übungen und gute Strategien tragen dazu bei, sich immer wieder in einen kraftvollen Zustand zu bringen und den inneren Hebel umzustellen auf Wohlbefinden und neuen Lebensmut.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Die Kosten in Höhe von 34 € beinhalten Kursgebühr und Materialien.

Anmeldungen nimmt bis 5. April Esther Brünenberg-Bußwolder entgegen: Tel. 0175 2080681, st-bildung@ekvw.de

Bildunterschrift

Foto: Alfonso Cerezo / Pixabay

Bildlink:

<https://kurzelinks.de/dn5i>

Hintergrundinformation

Der Evangelische Kirchenkreis Steinfurt-Coesfeld-Borken ist einer von 27 Kirchenkreisen auf dem Gebiet der Evangelischen Kirche von Westfalen (EKvW). Zu ihm zählen über 78.000 evangelische Christen im westlichen Münsterland in 20 Kirchengemeinden an 44 Standorten. Zweimal jährlich kommen Delegierte aller Gemeinden und kreiskirchlichen Dienste zur Kreissynode zusammen, um

Pressemitteilung

grundlegende Entscheidungen für den Kirchenkreis zu diskutieren und zu entscheiden. Zwischen den Synoden führt der von der Synode gewählte Kreissynodalvorstand mit der Superintendentin als Vorsitzende die Geschäfte des Kirchenkreises.

Dienstszitz der Superintendentur und der Synodalen Dienste ist das HAUS DER KIRCHE UND DIAKONIE in Steinfurt an der Bohlenstiege, während die zentrale Verwaltung für die drei Kirchenkreise Steinfurt-Coesfeld-Borken, Münster und Tecklenburg seit 2020 ihren Sitz in Münster am Coesfelder Kreuz hat.

Pressekontakt

Maleen Knorr
Ev. Kirchenkreis Steinfurt-Coesfeld-Borken
Öffentlichkeitsreferat
Bohlenstiege 34
48565 Steinfurt
Telefon: 02551 / 144-22
Mobil: 0151 16142482
maleen.knorr@ekvw.de
www.der-kirchenkreis.de