

Stress lass nach

Meinen Antreibern auf die Spur kommen

Freitag, 14.02.- Sonntag, 16.02.2025



Christliches Lebenszentrum Langenburg

Stress hält uns wach, lebendig und lässt uns oftmals über uns hinauswachsen. Dauerstress hingegen reduziert unsere Schaffenskraft und kann uns sogar krank machen. Besonders unsere inneren Glaubenssätze wie „Sei perfekt.“, „Streng dich an.“, „Mach es allen recht.“ wirken oft massiv als Stressverstärker und treiben uns unbewusst in unserem Leben und Glauben an.

Gemeinsam wollen wir unsere persönlichen Stressoren entdecken, förderliche stressmindernde Glaubenssätze entwickeln und mehr in das Leben hineinwachsen, wie Gott es für uns gedacht hat. Die Impulse werden wir durch persönliche Reflexion, Austausch und konkrete Übungen praktisch vertiefen. Ziel des Seminars ist es, Möglichkeiten der Stressreduktion und der Veränderung für unser persönliches Leben an die Hand zu bekommen.

Leitung **Regina Baum**
Ort **Lebenszentrum – Ziegelrain 4, 74595 Langenburg**
Dauer **Freitag, 18:00 Uhr – Sonntag, 13:30 Uhr**
Preis pro Person **208,- € im DZ | 238,- € im EZ | Frühbucherpreis bis 03.01.2025
230,- € im DZ | 260,- € im EZ | Normalpreis ab 04.01.2025**

Weitere Infos und
Anmeldung unter **lz-langenburg.de/event/558**
Anmeldeschluss **Sonntag, 09.02.2025**

