KEB Katholische Erwachsenenbildung im Landkreis Freyung-Grafenau e.V.

"Wandern und Coaching" Thema: "Achtsamkeit pflegen – Selbstwirksamkeit erhöhen – Zufriedenheit finden"

Sa 09.05.2026, 10.00 - 15.00 Uhr

Zum Hintergrund: In dieser Zeit mit ihren vielfältigen raschen Veränderungsvorgängen und Krisen brauchen wir in besonderer Weise Selbstachtung und gutes Selbstwertbewusstsein. Das ist Basis für zufriedenstellende Selbstwirksamkeitserfahrungen. Machtlosigkeitserlebnisse und Vergeblichkeitserfahrungen bedrängen unsere gesunden Kräfte. Gute Begegnungen und heilsame Impulse helfen, optimistisch, erfolgreich und gesund zu bleiben.

Ein gemeinsames Wandern, das Sprechen über berufliche und persönliche Anliegen sowie psychologische Impulse können Orientierung und Kraft geben. Die wilde Nationalparknatur wird bei der Wanderung zusätzlich unterstützen.

Der Weg ist unschwierig, man braucht wetterangepasste Wanderkleidung, Brotzeit und Getränk (Dauer etwa 3,5 Stunden). Die Veranstaltung findet in Zusammenarbeit mit der KEB Freyung statt. Anmeldung und Kosteninfos unter ? 08551/4581.

Schönbrunn a. L., Wanderparkplatz Sagwassersäge bei Schönbrunn a.L.

Mitveranstalter
KEB, Zusammenarbeit mit Nationalpark Bayrischer Wald

Referent
Michael Konrad Reis

Hinweis
Gutes Schuhwerk, etwas Trittsicherheit und Brotzeit mitnehmen.

Anmeldung
Bitte anmelden
Nationalpark Führungsservice
Telefon: 0800 0776650
E-Mail: nationalpark@fuehrungsservice.de
Oder KEB Freyung
Tel 08581/4581

mehr Infos & Anmeldung

VÖ: 2026-05-05 11:03:03