

ONLINE

Choice

Choice

Den eigenen Werten auf der Spur Für ein zufriedenes und selbstbestimmtes Leben

Werte sind unsere tiefste innerste Überzeugung davon, was für unser Leben richtig und wichtig ist. Sie bewusst zu (er)kennen und zu leben, ermöglicht uns ein selbstbestimmtes, erfülltes und zufriedenes Leben zu führen.

Hast du dir schon einmal Gedanken darüber gemacht, was dir in deinem Leben wichtig ist? Wofür du in der Welt stehen willst? Welche Werte dich durch deinen Alltag leiten? Und welche Werte du vielleicht mehr leben darfst?

Diesen Fragen wollen wir auf den Grund gehen, um uns selbst besser kennenzulernen und unser Leben bewusst zu gestalten.

INHALTE:

- Werte als Wegweiser im privaten und beruflichen Alltag
- Selbst-Wert und Wert-Schätzung
- Kennenlernen der eigenen Grundwerte
- Erstellen einer Werthierarchie
- Möglichkeiten finden, die persönlichen Werte zu leben und zu bewahren

ONLINE-Seminar mit
Martina Klein

*Psychologische Beratung, Mentalcoaching, Stressmanagement und Burnoutprävention,
Supervision, Dipl. Entspannungs- und Achtsamkeitscoach*



FR , 10. Dezember 2021, 17 bis 20 Uhr
SA, 11. Dezember 2021, 9 bis 12 Uhr
ONLINE via ZOOM

KOSTENFREI! – Das Seminar wird im Rahmen des regionalen Projekts „Bildung stärkt“ ermöglicht.
Max. 12 Teilnehmer*innen.

Anmeldung bis DI, 7.12.2021 an: ka.kbw@kath-kirche-kaernten.at oder unter 0463 5877 2423



Mit Unterstützung von Bund, Land und Europäischer Union

Bundesministerium
Landwirtschaft, Regionen
und Tourismus

