

# Vortrag „Resilienz - Die innere Kraft“

Neugierig? Dann sind Sie herzlich eingeladen!

**Dienstag, 24. April 2018 um 19:00 Uhr**

**Katholische Pfarrei Heiliger Martin**

**Schloßstraße 4a - 33104 Schloß Neuhaus**

## Seien Sie der Meister Ihres Lebens!

Unser Leben sollte glücklich und harmonisch verlaufen, erfolgreich und gesund – das zumindest wünschen wir uns alle. Aber leider läuft es nicht immer so. Jeder Mensch hat in seinem Leben mit Stress und Rückschlägen, Überforderung und Misserfolg, mit Krankheit und Verlust zu kämpfen. Belastungen in der Familie und im Beruf kommen oftmals hinzu. Um Krisen zu meistern und nicht daran zu zerbrechen, sondern zu wachsen, braucht es Resilienz.

## Resilienz - Schutz für die Seele

Resilienz denkt positiv, sie schaut auf die Ressourcen und nicht auf die Defizite. Worin findet der Mensch in schwierigen Situationen Halt? Wie können wir dem Leben mit Widerstandskraft und Gestaltungswillen begegnen? Wer Antworten auf diese und ähnliche Fragen hat, geht stärker durchs Leben.

Besuchen Sie meine Homepage: [www.strugholtz-resilienz.de](http://www.strugholtz-resilienz.de)

Marianne Strugholtz

Resilienz Coach

Spielbuscherstraße 4  
59609 Anröchte

Telefon 0160 92087074

E-Mail [post@strugholtz-resilienz.de](mailto:post@strugholtz-resilienz.de)

