



Let's talk about

Intro und Auftakt, Idee der Reihe

06.02.2024 HV-001-041401-24

- Webtalk über aktuelle Themen
- Interviews mit tollen Referent*innen
- Möglichkeit zur Einbringung eigener Themen

WebSeminare jeweils mittwochs von 18.30 – 20 Uhr
 Organisiert vom Wilhelm-Gefeller-Bildungs- und Tagungszentrum, Bad Münders

Die Zugangsdaten für die WebSeminare erhalten die Teilnehmenden am Tag der Veranstaltung, rechtzeitig vor Beginn.

Anmeldeschluss für ein WebSeminar ist der jeweilige Veranstaltungstag um 12 Uhr.



LET'S TALK about ...



Bildung – der Treibstoff für Veränderung

Talk mit einem Bildungscoach

05.03.2024 HV-001-041501-24

- Wie wichtig ist Bildung in der heutigen Zeit?
- Was macht ein Bildungscoach?
- Warum braucht man einen Bildungscoach?

Resilienz

Ein Modebegriff? Was steckt wirklich dahinter und wie wichtig ist Resilienz im Alltag?

02.05.2024 HV-001-041701-24

- Resilienz – ein Modebegriff?
- Was steckt genau hinter Resilienz?
- Warum brauche ich Resilienz?



Wut und Mut

Wenn Wut zu Mut wird und Wut ok ist?

02.04.2024 HV-001-041601-24

- Wut als wichtige Emotion
- Warum wird Wut als so negativ bewertet?
- Wut als Antrieb für Mut



Gesundheit

Unbezahlbar?! Und doch so kostbar!

04.06.2024 HV-001-041801-24

- Gesundheit – kann ich mir das leisten?
- Gesundheit muss nicht teuer sein, wir zeigen wie
- Einfache Tools für die Gesundheit



Let's talk about Schönes

Die schönen Seiten im Leben betrachten

01.07.2024 HV-001-041901-24

- Positives Denken und die Auswirkungen
- Gute Laune ist erlernbar?!



Change – Veränderung

Kann nicht alles so bleiben, wie es ist?

06.08.2024 HV-001-042001-24

- Den Vorgang zu Veränderungen kennenlernen
- Wie gehe ich mit Veränderungen um?
- Wie kann ich meinen Mitmenschen helfen bei einer Veränderung?



Kraft und Energie

Wenn der Energietank leer ist und die Kraft schwindet

03.09.2024 HV-001-042101-24

- Prävention bei Überlastung
- Energie auftanken
- Energiediebe aufdecken



Rhythmus des Lebens

Mit „Vollgas“ durchs Leben – ob Arbeit oder Privat

01.10.2024 HV-001-042201-24

- Wie funktioniert Entschleunigung?
- Was passiert, wenn man langsam macht?
- Wer bestimmt das Tempo im Leben?



Nur gemeinsam sind wir stark!?! Gemeinschaft vs. Individualismus – gemeinsam oder einsam?

Gemeinschaft vs. Individualismus – gemeinsam oder einsam?

05.11.2024 HV-001-042301-24

- Zusammenhalt erfahren und erfahrbar machen
- Individuum vs. Gemeinschaft
- Solidarität und Gemeinschaft leben



Alle Jahre wieder

Ja ist denn schon wieder Weihnachten?

03.12.2024 HV-001-042401-24

- Vorweihnachtsstress
- Gelassenheit lernen und umsetzen
- Planen mit Spaß



Anmeldung.
 Am besten online!