



"Herr, gib mir die Kraft, die Dinge zu ändern, die ich ändern kann, die Gelassenheit, das Unabänderbare zu ertragen und die Weisheit, zwischen diesen beiden Dingen die rechte Unterscheidung zu treffen." – Franz von Assisi

Die Katholische Erwachsenenbildung Bayreuth - Hof - Kulmbach e. V. lädt herzlich ein zum Vortrag:

“Resilienz und Selbstfürsorge”

Warum werden manche Krisen zu Wendepunkten und andere halten uns fest? Es gibt Methoden, mentale Stärke zu entwickeln, neue Perspektiven zu entdecken und mit Klarheit und Selbstvertrauen den eigenen Weg zu gehen. Manchmal braucht es nur eine neue Sichtweise, eine Entscheidung oder einen kleinen inneren Schritt - und auf einmal eröffnen sich neue Möglichkeiten.

Termin: Mittwoch, 15. Juli 2026

Beginn: 19:00 Uhr

Ort: Pfarrzentrum Bernhard Lichtenberg

Nailaer Str. 7

95030 Hof

Referentin: Marianne Bauer, Kirchenlamitz



**Katholische
Erwachsenenbildung
Bayreuth – Hof – Kulmbach**

Weitere Informationen unter:

keb-hof.de

keb-hof@t-online.de

Tel.: 0921/8 48 68