

SELBSTMANAGEMENT— PERSÖNLICHKEITS— UND ZIELENTWICKLUNG

[Anmeldungslink](#) | 05. Bis 07. August 2022 | Bildungszentrum Kloster Banz

Hanns-Seidel-Stiftung e.V. | Postfach 19 08 46 | 80608 München | Tel. +49 (0) 89 1258-0 | info@hss.de

www.hss.de

Als ehrenamtlich oder politisch engagierter Mensch ist es besonders verführerisch, dem Sog des "Höher-Schneller-Weiter" zu erliegen. Der Wunsch, das eigene Ziel so rasch wie möglich zu erreichen, beinhaltet jedoch die große Gefahr, sich zu verzetteln. Diese Gefahr können Sie bannen, wenn Sie sich über sich selbst im Klaren sind oder werden. In diesem Seminar erfahren Sie deshalb, wie Sie Ihren eigenen Typ erkennen können. Sie lernen die Zusammenhänge von Körper und Geist so-

wie Ziele und Zeit besser aufeinander abzustimmen, bewusster zu planen und positiv damit umzugehen. Sie erfahren aber auch, wie Sie Einwirkungen von außen erfolgreich begegnen können.

Ratschläge und praktische Übungen, die Ihnen unsere beiden Referenten präsentieren, erweitern Ihre Handlungsspielräume und die Effektivität Ihres Handelns.

Wir freuen uns, Sie bei diesem Seminar begrüßen zu dürfen.

PROGRAMM

05. BIS 07. AUGUST 2022

Seminaranreise: Freitag, 05. August 2022
bis 17.30 Uhr
Entrichtung der Tagungsgebühr in Höhe von **€ 120,--**

Seminarzeiten: Freitag, 05. August 2022
19.00 — 21.00 Uhr

Samstag, 06. August 2022
09.00 — 12.00 Uhr
15.00 — 18.00 Uhr
19.00 — 21.00 Uhr

Sonntag, 07. August 2022
09.00 — 12.00 Uhr

Feststehende Essenszeiten:

08.00 Uhr	Frühstück
10.30 Uhr	Kaffeepause
12.00 Uhr	Mittagessen
14.30 Uhr	Kaffeepause
18.00 Uhr	Abendessen

Seminarende: Sonntag, 07. August 2022

INHALTLICHE SCHWERPUNKTE

Selbst- und Zielfindung

- Persönlichkeit, Eigenschaftsmerkmale
- Steigerung des Selbst
- Persönliche Zielsetzung und die Wege zur Zielerreichung

Brain

- Die Fitmacher für das Gehirn
- Den Kopf frei für das Wesentliche

Selbstwertgefühl

- Bereiche des Selbstwertgefühls
- Selbstwertempfinden
- Umgang mit Selbstwertproblemen
- Abwehrmechanismen oder Bewältigung

Struktur der täglichen 24 Stunden

- Arbeit
- Ehrenamt
- Hobby
- Familie
- Schlaf

Seminarleitung und Referenten:

Carlo Finzer, Kommunikations- und Persönlichkeitstrainer, Kötz

Werner Stein, Dipl. Pädagoge, Ismaning

TEILNEHMERHINWEISE

Der Schutz Ihrer persönlichen Daten ist uns ein besonderes Anliegen. Wir verarbeiten Ihre Daten daher ausschließlich auf Grundlage der gesetzlichen Bestimmungen (insbes. Bundesdatenschutzgesetz/Datenschutz-Grundverordnung).

Zur Teilnahme erhalten Sie von uns eine Anmeldebestätigung, die bei Anreise an der Rezeption des Bildungszentrums vorgelegt werden muss. Eine Anreise ohne Anmeldebestätigung ist zwecklos.

Für Unterkunft und Verpflegung (ohne Getränke) entstehen Ihnen keine separaten Kosten. Sollte in der Einladung eine Teilnehmergebühr aufgeführt sein, ist diese unabhängig von der Inanspruchnahme von Unterkunfts- und Verpflegungsleistungen zu bezahlen. Gegen Nachweis (mit aktuellem Datum) erhalten Schüler, Studenten (bis 30 Jahre), Auszubildende, Freiwillig Wehrdienstleistende, Teilnehmer am Bundesfreiwilligendienst und Arbeitslose 50 % Ermäßigung.

Stornierungen sind nach Erhalt der Anmeldebestätigung schriftlich an das betreffende Referat zu richten. Absagen bis 10 Tage vor Veranstaltungsbeginn sind kostenfrei. Danach werden 50 %, ab dem 3. Kalendertag vor Veranstaltungsbeginn bzw. bei Nichterscheinen 100 % der Teilnehmergebühr in Rechnung gestellt. Die Stornogebühr entfällt bei Krankheit (Vorlage eines ärztlichen Attests) oder bei schwerwiegenden persönlichen Gründen (Nachweis erforderlich).

Eine Haftung bei An-/Rückreise sowie am Seminarort kann von der Hanns-Seidel-Stiftung nicht übernommen werden. Fahrtkosten werden nicht erstattet. Die Unterbringung erfolgt, soweit möglich, im Einzelzimmer. Unser Bildungszentrum verfügt über Hallenbad und Sauna.

Organisation

ANMELDUNG / ORGANISATION

Andrea Guggenberger

Referat 0301

Tel. + 49 (0)89 1258-235 | Fax -338

E-Mail: ref0301@hss.de

Projektnummer: 322/0301/511

ANFAHRT

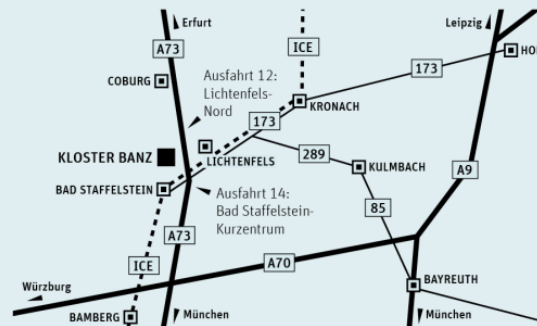
Bildungszentrum Kloster Banz

Hanns-Seidel-Stiftung | Kloster Banz 1 |

96231 Bad Staffelstein

Tel. +49 (0)9573 337-0

banz@hss.de | www.klosterbanz.de



Mit der Bahn: Vom Bahnhof Bad Staffelstein oder Lichtenfels weiter mit dem Taxi nach Kloster Banz. Zwischen Bad Staffelstein und Kloster Banz können Sie auch die (Ruf-) Buslinie 1254 nutzen. Die aktuellen Fahrpläne des Nahverkehrs im Landkreis Lichtenfels sind im Internet unter www.vgn.de abrufbar.

Mit dem Auto: Autobahn A 73 bis Lichtenfels-Nord (AS 12) oder Bad Staffelstein-Kurzentrum (AS 14), dann der Beschilderung Kloster Banz folgen. Elektrotankstelle im Bildungszentrum vorhanden.

Navi: Ort: 96231 Bad Staffelstein, Kloster-Banz-Straße.



Im Dienst von Demokratie,
Frieden und Entwicklung