



17. Oktober 2026

Ich Sorge gut für mich!

Mehr Zufriedenheit im Ehrenamt mit Resilienz
und Netzwerkarbeit

Resilienzseminar mit Gruppencoachingelementen

Der Schwerpunkt dieses Seminars liegt auf den Resilienzfaktoren Beziehungsgestaltung und Netzwerkpflge im Ehrenamt. Ein gut ausgebautes und unterstützendes Netzwerk ist eine zentrale Ressource der Widerstandsfähigkeit. Durch gezielte Gruppencoaching-Elemente erhalten Sie Anregungen und Handwerkszeug zur Erkundung, Stärkung und zum Ausbau ihres eigenen Netzwerks.

- Bedeutung von Netzwerken erkennen
- Eigenes Netzwerk erkunden
- Kommunikationsfähigkeit ausbauen zur Stärkung und Erweiterung eigener Netzwerke

Samstag, 17. Oktober 2026

10.00 – 16.00 Uhr

Jugend- und Gästehaus des Bistums Trier

Jesuitenstraße 13

54290 Trier

Kursleitung

Karin Terhorst | Resilienztrainerin, zertifizierte Coach-
und Systemische Onlineberaterin

Info und Anmeldung: www.bistum-trier.de/ehrenamt

Online-Anmeldung: <https://forms.office.com/e/ez3Mp6GwHb>

Anmeldeschluss: 2. Oktober 2026

PRÄSENZKURS

