



# Lueg der guet! ... hoffnungsvolle Lebenssicht - heute noch denkbar?



**«Ich glaube nicht mehr, dass Angst eine ausreichende Motivation ist, um Veränderungen vorzunehmen ... um uns anzuspornen, brauchen wir auch Hoffnung – wir brauchen eine Vision des Aufschwungs, der Erneuerung, des Wiederaufstiegs.» (McKibben, 1995)**

Hoffnung ist ein sehr aktuelles Thema und essentiell für die psychische Gesundheit und für die gelingende Entwicklung von Menschen jedes Alters. Damit Hoffnung entstehen und diese nachhaltig im Leben von Menschen etabliert werden kann, brauchen wir uns gegenseitig.

Nimm mit nach Hause:

---

## Termin

Donnerstag 21. März 2024

---

## Zeit

19.00 – 21.00 Uhr

---

## Ort

DenkBar  
Gallustrasse 11  
9000 St.Gallen

---

## Veranstalter/in

Arbeitsstelle Gemeindeentwicklung und Mitarbeitendenförderung, Arbeitsstelle kirchliche Erwachsenenbildung

---

## Leitung

Jael Benz, Psychologin und Seelsorgerin in Ausbildung

---

## Kosten

Unkostenbeitrag an Abendkasse: CHF 10, inkl. ein Getränk

---

## Anmeldeschluss

Freitag 15. März 2024

---

Anmeldung bitte unter  
[www.ref-sg.ch/veranstaltungen](http://www.ref-sg.ch/veranstaltungen)





- Warum Verzweiflung ein notwendiger Teil der Hoffnung ist.
- Inspiration für ein konkretes Bild, wie Hoffnung in deine Leben Hände und Füße bekommt.
- praktische Überlegungen, Tipps und Anhaltspunkte zur Etablierung von Hoffnung im Alltag.

