



# Veranstaltungen in 2026

## **PEKiP Bewegungs- und Entwicklungsanregung für Babys ab der 8. Lebenswoche bis zum ersten Geburtstag - 8 Kurseinheiten á 90 Min. Ab Mittwoch, 11.02.2026 - Im Spielzimmer Bad Kreuznach**

In der PEKiP-Gruppe erleben Eltern und Babys Spiel-, Bewegungs- und Sinnesanregungen, die genau auf die jeweilige Entwicklungsphase abgestimmt sind. Gleichzeitig bietet der Kurs Raum für Austausch, Fragen und das Ankommen in einer neuen Lebensphase als Familie.



## **Impulstag auf dem Jakobsberg - "Im Einklang mit allem, was ist" Rollen, Bilder, Wirklichkeit – Ein Impulstag zur weiblichen Selbstwahrnehmung auf dem Jakobsberg Samstag, 02.05.2026 von 10 - 17 Uhr Kloster Jakobsberg Ockenheim**

Ein Tag zum Innehalten, Auftanken und Neu-Ausrichten:

Der Impulstag lädt Frauen dazu ein, sich selbst bewusster wahrzunehmen, eigene innere Erfahrungen sichtbar zu machen und sich mit der Frage auseinanderzusetzen, wie sehr äußere Erwartungen das eigene Selbstbild prägen – in der besonderen Atmosphäre des Klosters Jakobsberg.



## **Endlich resilient! Optimistisch, flexibel & fokussiert in Stress- & Krisenphasen Samstag, 09.05.2026 von 10 - 16 Uhr - Online via Zoom**

Das Seminar „Endlich resilient!“ vermittelt Grundlagen der Resilienz und stärkt Optimismus, Fokus und Selbstwirksamkeit im Umgang mit Stress und Krisen. Durch Selbstreflexion und Übungen aus dem Improvisationstheater entwickeln die Teilnehmerinnen neue, alltagstaugliche Handlungsstrategien für mehr innere Stabilität.



## **Geführte Soonwaldsteig-Etappen: Natur & Wildnis hautnah erleben 6 Tagesetappen - 04. - 06. September 2026 & 02. - 04. Oktober 2026**

Der Soonwaldsteig zählt zu den schönsten und zugleich anspruchsvollsten Premiumwanderwegen Deutschlands. Erleben Sie auf **zwei geführten Wochenenden mit Natur- und Landschaftsführer 85 Kilometer Natur**, Stille und Weite ganz ohne organisatorischen Stress. Dank Gepäcktransfer, komfortabler Unterkünfte und Rundum-sorglos-Organisation wandern Sie leicht, sicher und genussvoll durch den Soonwald.



## **Meine Heldinnenreise - Veränderungen im Job, Privatleben oder Ehrenamt endlich angehen! Samstag, 19. September 2026 von 10:00 - 16:00 Uhr**

Stecken Sie in einer Veränderung fest und kommen trotz vieler Überlegungen nicht ins Handeln? In diesem interaktiven Workshop entdecken Sie mithilfe der kreativen Coaching-Methode der „Heldinnenreise“ neue Perspektiven, stärken Ihre Entscheidungskraft und entwickeln konkrete Schritte für Ihren persönlichen Aufbruch.



## **Kontakt:**

Landesvereinigung für ländliche Erwachsenenbildung Rheinland-Pfalz e. V.  
Burgenlandstr. 7, 55543 Bad Kreuznach  
Tel: 0 671 7961 22 66