



Wachsen und Wandeln – Ein Seminar für Männer

„Möge es den Menschen so gut wie möglich gehen.“ Doch viele Männer tragen alte Belastungen und unbewusste Spannungen mit sich, die ihnen Energie rauben und sie daran hindern, im Alltag ihr volles Potenzial zu entfalten. Dieses Seminar bietet die Möglichkeit, alte Muster achtsam loszulassen und neue Kraftquellen zu erschließen, für mehr **innere Ausgeglichenheit und Klarheit.**

Eine besondere Methode des Seminars ist das Ritual „**Abrahams Schoß**“. Es schafft durch gezielte Berührung und geschützte Nähe einen Raum, in dem sich tiefe Spannungen lösen dürfen. Diese Erfahrung fördert Stabilität, Gelassenheit und neue Lebenskraft. Im Zusammenspiel mit kreativen Übungen und inneren Bildern öffnen sich neue Wege zu Selbstvertrauen, Lebensfreude und einem gestärkten Selbstwertgefühl.

Raum für persönliches Wachstum und Lernen

Das Seminar lädt Männer dazu ein, sich selbst auf neue Weise zu begegnen, alte Belastungen zu verwandeln und mit den Herausforderungen des Alltags souveräner umzugehen. Die vermittelten Übungen und Erfahrungen lassen sich nicht nur im Privatleben, sondern auch im Beruf anwenden. Gelassenheit und Klarheit fördern die persönliche Ausstrahlung und steigern die berufliche Kompetenz – sei es in Teams oder Führungsrollen.

Neugier + Offenheit genügen. Bring gerne warme Socken, eine Matte o. Decke u. ein kleines Kissen mit.



Ort: Institut St. Dominikus
Vincentiusstraße 4 | 67346 Speyer
Anreise:
Vom Bahnhof SP Laufzeit 30 Min.
Mit der Buslinie 561 ca. 15 Min.
Mit den Auto parken im Hof |
[Link Wegbeschreibung](#)



Datum: Do. 1.5.2025 | 15 Uhr bis So. 4.5.2025 | 14 Uhr
Anmeldung: Bitte per E-Mail an gerd.humbert@evkirchepfalz.de | max. TN-zahl: 18
Kosten: 260 - 290 € incl. ÜN + Vollverpflegung (Preisnachlass in begründeten Fällen möglich.)
260 € Doppelzimmer | 290 € Einzelzimmer (Bitte bei der Anmeldung angeben. Einzelzimmer werden nach dem Eingang der Anmeldungen vergeben.)
Leitung: **Helmut Kuntz | Familien-(DGSF), Körper- und Suchttherapeut**
www.helmut-kuntz.de
Gerd Humbert | Männerreferent und Dipl. Sozialtherapeut

„2024 nahm ich an einem Seminar mit Helmut Kuntz teil, das mich selbst bereicherte und meine Arbeit in den Männergruppen prägt.“ Gerd Humbert

Das Erkennen der eigenen Ressourcen stärkt die Persönlichkeit. Reflektierte Männerbilder, vermittelt durch fachliche Expertise, können in den Alltag transferiert werden. Die TN übernehmen Verantwortung für sich selbst und ihr Umfeld. So leisten sie einen Beitrag zu einer gleichberechtigten Gesellschaft.

**Ein Angebot der Evangelischen Arbeitsstelle Bildung und Gesellschaft Kaiserslautern
in Kooperation mit d. Referat Frauen-Männer-Gender im erzb. Seelsorgeamt Freiburg**
Weitere Infos für Männer: www.maennernetzpfalz.de Fotos: pxhere.com + privat