

**Anmeldeschluss  
14.03.2026**



## Organisatorisches

**Seminarbeginn:** Fr, 24.04.2026, 18:00 Uhr  
**Seminarende:** So, 26.04.2026, 13:30 Uhr

**Seminarort:**  
Bildungszentrum Heimvolkshochschule Hustedt,  
Zur Jägerei 81, 21229 Celle [www.hvhs-hustedt.de](http://www.hvhs-hustedt.de)

**Teilnahmebedingungen:**  
Während der Veranstaltung ist der Konsum von Alkohol, illegalen Drogen, und das Glücksspiel nicht erlaubt.

**Seminargebühren:**

BKE-Mitglieder	50,00 €
Mitglieder anderer Suchtselbsthilfeverbände	50,00 €
Nichtmitglieder	150,00 €
(incl. Übernachtung und Verpflegung)	

*Bei Absagen von Teilnehmenden innerhalb von 4 bis 2 Wochen vor Seminarbeginn wird eine Ausfallgebühr von 25,00 Euro pro Person fällig.*

*Bei Absagen von Teilnehmenden innerhalb von 2 bis 0 Wochen vor Seminarbeginn wird eine Ausfallgebühr von 50,00 Euro pro Person fällig.*

**Reisekosten:**  
werden nicht vom Landesverband Niedersachsen erstattet.

**Bankverbindung:**  
Kreissparkasse Grafschaft Diepholz  
IBAN: DE50 2565 1325 0123 9109 60  
BIC: BRLADE21DHZ

**Anmeldung:**  
**bitte über unseren Seminarmanager**  
Bitte die Seminargebühren erst nach Aufforderung überweisen!

### BKE

Blaues Kreuz in der Evangelischen Kirche  
Landesverband Niedersachsen e.V.  
Postfach 37 | 49452 Rehden  
Kerstin Igelbrink | Tel.: 01708078582  
E-Mail: [info@bke-nds.de](mailto:info@bke-nds.de) | Web: [www.bke-nds.de](http://www.bke-nds.de)



SUCHTSELBSTHILFE  
**BKE**

NIEDERSACHSEN



## Hustedter Wochenende



### ZuFrieden werden

**24. – 26.04.2026  
in Hustedt**

Seminar für  
Gruppenleitungen, Gruppenbesuchende,  
Gruppen und Interessierte

[www.bke-nds.de](http://www.bke-nds.de)

***In unserem Leben sind Ängste, Unsicherheiten und hinderliche Glaubenssätze - mal mehr mal weniger - ständige Begleiter.***

***An dem Wochenende werden wir uns dem wackeligen Terrain von Ängsten und Unsicherheiten so nähern, dass wir die Mechanismen dahinter verstehen:***

- ***Wie entstehen Ängste und Unsicherheiten?***
- ***Was lässt sie wachsen und***
- ***wie können wir sie bewusst steuern?***

***Wir hinterfragen hinderliche Glaubenssätze und finden Wege, wie wir uns selbst positiv beeinflussen können.***

***So finden wir neue Wege, um zuFRIEDEN zu werden.***

***Das sind Fragen, mit denen wir uns an dem Hustedter Wochenende anhand von praktischen Beispielen beschäftigen.***

Seminar für  
Gruppenleitungen, Gruppenbesucher,  
Gruppen und Interessierte



*Foto: Internet*

Das Seminar wird geleitet von

**Carola Ahrens-Lück**  
Dipl. Sozialpädagogin  
Zert. Trainerin Gewaltfreie Kommunikation  
(CNVC)

Unterstützt von Claudia Bartz

(Maximale Teilnehmendenzahl: 20)

[www.bke-nds.de](http://www.bke-nds.de)

## Anmeldung

Organisatorische Anfragen bitte an  
Claudia Bartz, Tel.: 015121632921  
oder [c.bartz@bke-nds.de](mailto:c.bartz@bke-nds.de)

Wer nicht über Internet verfügt, wendet sich bitte  
an ihre/seine Gruppenleitung oder an Claudia  
Bartz, um die Onlineanmeldung durchzuführen.

Die Anmeldungen erfolgen bitte  
ausschließlich über:

[https://bke-suchtselbsthilfe.de  
/seminarangebote/hustedter-wochenende](https://bke-suchtselbsthilfe.de/seminarangebote/hustedter-wochenende)

**Anmeldeschluss 14.03.2026**