



DIAKONISSEN
MUTTERHAUS Aidlingen

BIBEL.BEGEGNUNG.BILDUNG



Workshop

RESILIENZ-WORKSHOP


mit Karin Maurer, Rebekka Hils
und Sr. Anne Rentschler


Samstag, 10.02.2024, 09:00 Uhr
Diakonissenmutterhaus Aidlingen


Resilienz-Workshop


STÄRKE GEWINNEN IN UND DURCH STRESSIGE ZEITEN

Das Leben ist voller kleiner und großer Herausforderungen. Aber egal wie groß oder klein die Herausforderung ist, entscheidend ist, wie wir damit umgehen. Dieser Workshop soll dir helfen, deine eigenen Resilienzfaktoren zu identifizieren und zu stärken. Du lernst verschiedene Übungen und Methoden kennen, die dir helfen mit Herausforderungen in deinem Alltag umzugehen.

 Samstag, 10.02.2024, 9:00 - 13:00 Uhr
plus vier Onlinetermine, je 19:00 - 20:00 Uhr
(dienstags: 13.02., 20.02., 27.02., 05.03.)

 Erwachsene

 35,00 € (ermäßigt: 31,50 €)

 Karin Maurer, Coach und Trainerin
Rebekka Hils, Coach und Trainerin
Sr. Anne Rentschler, Theologin

Anmeldung bis 05.02. über den Link unten.

GUT ANKOMMEN

Diakonissenmutterhaus Aidlingen
Darmsheimer Steige 1 • 71134 Aidlingen

NÄHERE INFOS

aidlinger-angebote.de/resilienz
Telefon 07034 648-0

