

Ein Angebot für kleine & mittlere Unternehmen

Dienstag, den 4. Mai 2021 / 10:00 - 12:00 Uhr

VEREINBARKEIT VON FAMILIE, BERUF UND GESUNDHEIT

Noch belastbar oder schon nervenstark? Resilienz als Schlüssel zur Krisenbewältigung

REFERENTIN

Marika Köhler

Diplom Psychologin, Beraterin und Coach

THEMEN

Was verbirgt sich hinter dem Begriff Resilienz?

Ein Blick in die Forschung zur Resilienz

Input zum Thema Resilienz mit den 8 Faktoren der Resilienz

Besitze ich schon einige der Resilienz-Faktoren?

Wie kann ich meine Resilienz-Faktoren stärken/ daran arbeiten und auch meine Beschäftigten dabei unterstützen?

Vereinbarkeit von Beruf, Familie und Gesundheit unter einen Hut zu bekommen ist oft eine Herausforderung. Oft kommt dann die Gesundheit zu kurz.

ANMELDUNG

Zur Anmeldung senden Sie einfach eine E-Mail mit Name, Institution und dem Titel des gewünschten Seminars an folgende Adresse:
competentia.info@hwk-muenster.de

Das Online-Seminar ist kostenlos.

KONTAKT

Kompetenzzentrum Frau und Beruf Münsterland
Claudia von Diepenbroick-Grüter
competentia.vondiepenbroick@hwk-muenster.de
0251 5203-112



"Es gibt Menschen, die nichts aus der Bahn zu werfen scheint. Was unterscheidet diese Menschen von denjenigen, die mit Schicksalsschlägen hadern und manchmal sogar daran zerbrechen? Der Schlüssel ist Resilienz. Manchen von uns ist diese seelische Widerstandskraft von Klein auf gegeben, andere müssen sie sich erst aneignen.."

Portraitfoto: Marika Köhler
Hintergrundfoto: www.canva.com

Gefördert durch:

Ministerium für Heimat, Kommunales,
Bau und Gleichstellung
des Landes Nordrhein-Westfalen



EUROPÄISCHE UNION
Investition in unsere Zukunft
Europäischer Fonds
für regionale Entwicklung

Getragen von:



In Kooperation mit:

