

Resilienz stärken – Herausforderungen, Stress und Krisen leichter bewältigen

Erfahren Sie in diesem interaktiven Seminar, wie Sie Ihre psychische Widerstandsfähigkeit als Pflegende, Therapeuten, und Ärzte stärken können. Entdecken Sie die Bedeutung und Wichtigkeit der Resilienz für Ihre Regeneration und Ihr persönliches Wohlbefinden. Lernen Sie Strategien um Stress- und Krisensituationen leichter zu bewältigen. Erkennen Sie vielfältige Faktoren die Sie in ihrem individuellen Weg unterstützen und aktivieren Sie Ihre eigenen Ressourcen. Nutzen Sie kurze praxisnahe Übungen auch über diesen Workshop hinaus. Steigern Sie Ihre Belastbarkeit und Motivation im herausfordernden Klinik- und Berufsalltag.

Mit kurzem Einblick in die Zusammenhänge zwischen Neurobiologie und Resilienz.



Dozent

Ute Krämer
Mediatorin BM®,
Mimikresonanz®- Trainerin, Coach



Zielgruppe

Mitarbeiter*innen aus allen
Bereichen
Interessierte



Kursdauer

8 Unterrichtseinheiten



Teilnehmer

18



Kursgebühr

149,00 €



Kontakt und Anmeldung

Bildungszentrum für
Gesundheitsberufe
Fort- Weiterbildung
0861-705-2382

fortbildung@kliniken-sob.de

Kurstermin	13.05.2025
Kurszeiten	09.00- 16.00 Uhr
Kursort	Bildungszentrum für Gesundheitsberufe Herzog- Friedrich- Str. 6, 83278 Traunstein

KLINIKEN SÜDOSTBAYERN AG

Bad Reichenhall · Berchtesgaden · Traunstein · Trostberg

Sitz der Gesellschaft
Aufsichtsratsvorsitz
im Wechsel
Vorstand

Traunstein · Amtsgericht Traunstein · HRB 19450
Landrat Siegfried Walch
Landrat Bernhard Kern
Dr. Claus-Uwe Gretscher (Vors.), Philipp Hämmerle

www.kliniken-suedostbayern.de