



MIT SELF-LEADERSHIP ZU INNERER BALANCE

Resilienzfaktoren aktivieren

Um körperlich und seelisch gesund zu bleiben, braucht es einen Mix aus Alltagskompetenzen und einem ganzheitlichen Verständnis von uns selbst und dem „wie wir ticken“. Wie erkennen wir unsere persönlichen Risiko- und Schutzfaktoren? Wie finden wir immer wieder zu innerer Balance?



ANMELDUNG: unter ka.kbw@kath-kirche-kaernten.at

INFORMATIONEN: bei Katharina Wagner
unter 0676 8772 2407 oder
katharina.wagner@kath-kirche-kaernten.at

KOSTEN: übernimmt das
Katholische Bildungswerk Kärnten

HINWEIS: Achtung, begrenzte Teilnehmer:innenzahl!

Termin: Mittwoch,
19. Juni 2024
von 18 bis 21 Uhr

Ort: ONLINE VIA ZOOM

Die ZOOM-Zugangsdaten werden Ihnen am Tag der Veranstaltung per Mail zugesendet. Sollten Sie das erste Mal an einer ZOOM-Veranstaltung teilnehmen, kein Problem! Wir unterstützen Sie gerne beim Einstieg!

**Ein Online-Abend im
Rahmen der Workshopreihe
Zauberkraft Resilienz mit:
Mag.^a (FH) Romana Ravnjak**

*Sozialarbeiterin, Familienberaterin und diplomierte
Gesundheitstrainerin für Entspannung*

