

Der DTKV Saar lädt ein zum Workshop Resilienz mit



www.astrid-weidner.de

Wenn das Leben Ihnen Zitronen gibt, machen Sie Limonade daraus?
Oder fragen Sie nach Tequila und Salz, um auch diese neue Herausforderung richtig zu genießen?

Herzlichen Glückwunsch – dann sind sie resilient!!!

Falls nicht, haben wir eine gute Nachricht für Sie: **JEDER** kann Resilienz aufbauen.

Resiliente Menschen können vorteilhafte Handlungsmuster in jeder Lebenslage abrufen und anwenden. Sie gedeihen trotz widriger Umstände. Sie haben eine differenzierte Wahrnehmung und einen klaren Handlungspfad.

Das gibt ihnen den notwendigen Freiraum, um schwierige Umstände und Situationen gestärkt zu überwinden.

Ebenso ermöglicht die Resilienz die Fähigkeit, große Herausforderungen zu bewältigen.

Gerade in der jetzigen Pandemiezeit haben Kulturschaffende besondere Anforderungen, die eine geschulte Resilienz bedingen. Diese noch nie dagewesene Situation erfordert klare Handlungsstrategien und besondere Perspektiven.

Astrid Weidners Resilienz Training stärkt die Teilnehmer gezielt in ihrer Persönlichkeit und Rolle. Im Resilienz Training lernt der Einzelne seine innere Stabilität und gleichzeitig seine dynamische Anpassungsfähigkeit bewusst aufzubauen und zu erweitern.

Kursdaten: Samstag, den **13. November 2021, 9:30 – 17:00 Uhr**
Im Gemeindesaal der Alten Kirche St. Johann,
Ev.-Kirch-Straße 27, 66111 Saarbrücken

Kursbeitrag:	Mitglieder DTKV	50 Euro
	Nichtmitglieder DTKV	70 Euro
	Studierende	25 Euro



Anmeldung: vorstand@dtkv-saar.de