

VERANSTALTUNG

Die Kraft der Resilienz

Im Rahmen der Kurz- Veranstaltung „*Kraft der Resilienz*“ bekommen Sie Anregungen, wie es gelingen kann Widerstände zu überwinden und zufriedener zu leben. Frau Dr. Schmidt wird praxisnah in grundlegende wissenschaftliche Aspekte dieses Themenkomplexes einführen.

Verschiedene Entspannungs- und Bewegungseinheiten runden die Veranstaltung gemeinsam mit weiterführenden Reflexionsimpulsen ab. Es bleibt ausreichend Zeit um Fragen zu stellen.

Referentin: **Frau Dr. phil. Astrid Schmidt**

16.12. 2024

17:00 - 18:30 Uhr

Gesundheitszentrum Büsum

Westerstraße 30, 1. OG
25761 Büsum

Die Teilnahme ist kostenfrei

Um Anmeldung ist erforderlich.

Bitte anmelden unter:

<https://gesundheitszentrum-buesum.de/schulungszentrum-buesum/>

Bei Rückfragen melden Sie sich bitte bei Frau Mengel unter
015154259195