

**Trainingstag
„Resilienz – Gestärkt ins neue
Jahr“**

**Freitag, 20. Januar 2023,
in der Zeit von 09.00 bis 15.30 Uhr**

Referentin:
Doris König-Jörke
Resilienz-Coach

Veranstaltungsort:
Begegnungszentrum Haus Sonneck,
Marburg

Anmeldungen unter:
Kerstin.stark@diakonie-hessen.de

Anmeldeschluss:
9. Januar 2023

Kosten:
Teilnehmer*innenbeitrag: € 125,00
(incl. Verpflegung)

Veranstalter

Diakonie Hessen
Abteilung Gesundheit, Alter, Pflege
AG Hospizarbeit und Sterbebegleitung
Dr. Angela Rascher
Kölnische Straße 136
34119 Kassel

Trainingstag

**„Resilienz“
Gestärkt ins neue
Jahr**

20. Januar 2023	
	Abteilung Gesundheit, Alter, Pflege (GAP)

Hinweis

Mitarbeitenden in Hospizgruppen auf dem Kirchengebiet der EKKW, die Mitglied der Arbeitsgemeinschaft Hospizarbeit und Sterbebegleitung der Diakonie Hessen sind, werden die Tagungskosten – auf Antrag – zu 100% als Fort- und Weiterbildungskosten erstattet.

Der Antrag ist vom Träger der Hospizgruppe an den Vorstand der Arbeitsgemeinschaft der Diakonie Hessen zu richten.

Inhaltliche Schwerpunkte

Resilienz ist die Fähigkeit, Krisen und schwierige Situationen nicht nur zu überstehen, sondern durch deren Bewältigung die eigene Persönlichkeit zu stärken.

Eine resiliente Haltung und resilientes Handeln kann jeder lernen. Es braucht aber immer wieder Training!

Dieser Seminartag wird den Teilnehmenden die verschiedenen Schutzfaktoren näherbringen.

Auch individuelle Themen der Teilnehmenden können aber – mit abwechslungsreichen Übungen – betrachtet und besprochen werden.

Hintergrund

„Meine Kraft schöpfe ich aus Ideen für die Zukunft, nicht aus den Leistungen, die hinter mir liegen.“

(Reinhold Messner)

Das Training ist vor allem für diejenigen unter Ihnen, die den Basiskurs schon einmal besucht haben, eine wertvolle Gelegenheit, Erlerntes zu vertiefen und aufzufrischen.

Zusätzlich ist es eine gute Möglichkeit, einen Einblick in das Thema „Resilienz“ zu bekommen und ein erstes Interesse zu wecken.