

**Vortrag**  
**„Schatzkiste Resilienz“**

**Entdecken Sie Ihre wahre Stärke!**



Termin:

**Dienstag, 10. Oktober 2017 um 19:00 Uhr**  
**Katholisches Pfarrzentrum Isselburg**  
**Münsterdeich 2**

Die Teilnahme ist kostenfrei.

Anmeldung im Gleichstellungsbüro unter 02874/911-66 erwünscht.

Entdecken Sie den Inhalt Ihrer Schatzkiste: Welche Stärken und Fähigkeiten befinden sich schon darin? Welche möchten Sie gerne mehr für sich einsetzen?

Heutzutage ist es vor allem für Frauen eine große persönliche Aufgabe, auf sich selbst im Angesicht schwieriger Aufgaben zu achten.

Im beruflichen und privaten Alltag bringt fast jeder Tag Veränderungen mit sich. Und nicht immer erweisen sich diese Veränderungen als warmer Rückenwind. Wer gelernt hat, flexibel zu agieren und die Chance zu entdecken, wird jeden Gegenwind unbeschadet überstehen.

Resilienz heißt die geheimnisvolle Kraft, die Sie gestärkt aus Krisen und Rückschlägen hervorgehen lässt. Lernen Sie die entscheidenden Schlüsselfaktoren, wie z. B. Akzeptanz, Optimismus, Selbstwirksamkeit, Eigenverantwortung, Lösungs-, Zukunfts- sowie Netzwerkorientierung kennen, die Sie situationselastischer durchs Leben gehen lassen.

Referentin:

Sonja Hüls, Heilpraktikerin für Psychotherapie

Die Veranstaltung wird in Kooperation der kfd Isselburg mit dem Netzwerk der kommunalen Gleichstellungsbeauftragten des Kreises Borken angeboten.

