Diakonisches Werk Bayern
Diakonie.Kolleg.
Postfach 12 03 20
90332 Nürnberg

Teilnahmekosten
Teilnahmegebühr für Mitarbeitende in evang. Kirche und Diakonie in Bayern: 255 €
Teilnahmegebühr für andere Interessierte: 435 €
zzgl. Materialkosten (ca. 15 €) zzgl. Unterkunft/Verpflegung ca. 230 €

Seminarzeiten:
Dienstag, 29.06.2021 von 11:30 bis 18:00 Uhr
Mittwoch, 30.06.2021 von 09:00 bis 21:00 Uhr
Donnerstag, 01.07.2021 von 09:00 bis 14:45 Uhr
Ankommen bitte bis 11 Uhr (Ankunftskaffee), Abreise um 15 Uhr

Tagungsstätte:
Ammerseehäuser
Ringstr. 29/52
86911 Dießen
Tel 08807 94898-0
www.ammerseehaeuser.de

Information:
Christine Ursel
Fortbildungsreferentin
0911 9354 414
ursel@diakonie-bayern.de

Organisation:
Martina Dorsch
Sachbearbeitung
0911 9354 415
dorsch@diakonie-bayern.de

Photo von Fernando Brasil auf Unsplash

Diakonisches Werk Bayern
Diakonie.Kolleg.
Pirckheimerstraße 6
90408 Nürnberg
Tel. 0911 93 54-411
www.diakonie-bayern.de
www.diakoniekolleg.de

Diakonie Bayern

Diakonie.Kolleg.
Ihr diakonisches Kompetenznetzwerk für Bildung & Beratung



Biegsam sein und mitschwingen im Lebenswind

Resilienz/Widerstands-fähigkeit in stürmischen Zeiten

Dienstag, 29.06.2021
- Donnerstag, 01.07.2021

Dießen

Situation:
Sie selbst haben beruflich mit Menschen zu tun, die manches Mal vom Leben gerupft sind. Auch Sie selbst werden oder wurden vom Wind des Lebens mehr oder weniger sanft umstürmt.
Das hilfreiche Konzept der Resilienz erklärt Faktoren, die dazu beitragen, in und durch Krisen hindurch widerstandsfähig zu bleiben - im Sinne von biegsam sein und mitschwingen statt zu (zer)brechen.
Sie entdecken Wege, leichter mit Belastungen gelingend und flexibel umzugehen sowie die Ge-sundheit zu erhalten.

Inhalt:

- Impulse aus der Resilienzforschung in Theorie und Praxis
- Kräftigendes und Schönes (Ressourcen) aus der eigenen Biografie finden
- Stärkendes und Unterstützendes mehr im eigenen Leben verankern
- Verbindung zur Alltagspraxis
- Die Lage des Seminarhauses (mit Wellnessbereich) in fußläufiger Nähe zum Ammersee und eine zeitlich eingeplante Schiff-Fahrt über den See bilden die Basis für vielfältiges Erleben und Kraft schöpfen
- Die dreitägige Dauer ermöglicht ein intensives Arbeiten zum Themenfeld der Resilienz
- Und am Schluss: Beschwingt und gestärkt nach Hause gehen

Das Konzept der Resilienz erklärt Faktoren, die dazu beitragen, in und durch Krisen hindurch widerstandsfähig zu bleiben – im Sinne von biegsam sein und mitschwingen statt zu (zer-)brechen. Sie entdecken Wege, leichter mit Belastungen gelingend und flexibel umzugehen sowie die Gesundheit zu erhalten.

Methoden:
Einzelarbeit (geschützt mit persönlichen Arbeitsblättern), Arbeit zu zweit, in Kleingruppen und im Plenum, verschiedene inhaltliche Zugangsformen, Übungen aus Biografiearbeit und Resilienztraining, Reflexion, gezielte Einbindung von Atemübungen als Ressource

Zielgruppe:
Mitarbeitende aus allen Arbeitsfeldern von Diakonie und Kirche; Interessierte

Teilnehmer*innen:
maximal 12 Personen

Referentin:



Christine Gesell
M.A. Soziale Arbeit und Lebenslauf, Kommunikationstrainerin und Coach (zert.),
Reflexiv-pädagogische Biografiearbeit (zert.),
Ansbach

Anmeldung 21-P39 vom 29.06. - 01.07.21
Biegsam sein und mitschwingen im Lebenswind

Online-Anmeldung: www.diakoniekolleg.de

……
Name Vorname

……
Funktion

……
Dienststelle/Einrichtung/Rechtsträger

……
Straße

……
PLZ, Ort

……
Telefon Fax

……
E-Mail

……
E-Mail (privat)

Rechnung an:
❑ Dienststelle ❑ Privatadresse

❑ Es gelten die AGB des Diakonie.Kolleg. Bayern:
www.diakoniekolleg.de/agb

(Datum, Unterschrift, Stempel)

Privatadresse für Rechnung: