Weiterbildungen in der Flüchtlingsarbeit

Schulungen, Vorträge und Workshops für die ehren- und hauptamtliche Arbeit mit Geflüchteten

Die eigene Resilienz fördern

Wir alle - egal, ob im beruflichen, privaten oder ehrenamtlichen Bereich - sind zunehmend gefordert, auch auf unser eigenes Wohlbefinden zu achten. Es gilt, die eigenen Kräfte wirksam einzusetzen und gut für sich zu sorgen. Dabei hilft uns die eigene "Resilienz": die Kraft, die es uns ermöglicht, mit Herausforderungen konstruktiv umzugehen.

Sie erfahren in diesem Workshop mehr über den theoretischen Hintergrund und lernen Wege kennen, die Ihnen helfen können, sich zu stärken.

Bitte mitbringen: Neugier, Humor und die Bereitschaft zum persönlichen Austausch!

Kategorie	Workshop
Zielgruppe	Ehrenamtliche Flüchtlingsbegleiterinnen und -begleiter
Datum	Samstag, 01.09.2018
Zeit	09:00 - 17:00 Uhr
Ort	Bildungszentrum für Flüchtlinge - BiF Levinstr. 1, 37079 Göttingen, Seminarraum 2, 1. OG
Preis	kostenfrei
Referent/in	Ines Polzin Diplom-Pädagogin, Resilienz-Coach, Resilienz-Trainerin

BiF
Bildungszentrum für Flüchtlinge
Stadt Göttingen | Wege in Arbeit & Beruf

Büro für Integration

BFGoe

GÖTTINGEN
STADT, DIE WISSEN SCHAFFT