

EINLADUNG

Stärkung der eigenen Resilienz am Arbeitsplatz Schule



Dienstag, 14. November 2023, 14:00 Uhr – 18:00 Uhr



**Gratzgut
Haiden 18, 5580 Tamsweg**

Resilienz ist eine lösungsorientierte Möglichkeit zum Erhalt der eigenen Gesundheit. Bei dieser Fortbildung lernen Sie Impulse für einen bewussten Umgang mit den Resilienzfaktoren kennen, um die eigene seelische Widerstandsfähigkeit zu stärken.

KONTAKTDATEN & ANMELDUNG

**Versicherungsanstalt öffentlich Bediensteter, Eisenbahnen und Bergbau
Abteilung Unfallverhütung und Gesundheitsförderung**

☎ 050405-27541

✉ sbg.gesundheitsfoerderung@bvaeb.at

Die Anmeldung unter sbg.gesundheitsfoerderung@bvaeb.at ist bis **09.11.2023 möglich. Bitte um Bekanntgabe folgender Daten im Direktionsweg: Name, Schule, Matrikelnummer, Telefonnummer und persönliche E-Mail-Adresse.**

Die Veranstaltung wird von der PH Salzburg als Fortbildung anerkannt.

Kursleitung: Manfred König

Zielgruppe: Schulleitungen, Lehrerinnen und Lehrer sowie nicht-unterrichtendes Personal aller Schultypen aus dem Bundesland Salzburg

Ziele und Inhalte

- Was ist Resilienz und welche Bedeutung hat sie für mein Leben
- Grundhaltung der Widerstandsfähigkeit im (Schul- und Berufs-)Alltag
- Praktische Methoden zur Stärkung der persönlichen Resilienz

