

RESILIENZ 2024

Teil 2



Besonders in Zeiten von permanenter Informationsüberflutung, Leistungsdruck, Veränderungen, Unsicherheiten wünschen wir uns mehr emotionale Stabilität, Vertrauen und Zuversicht.

Resilienz ist die Fähigkeit, in schwierigen Zeiten widerstandsfähig zu bleiben. Akzeptanz und Eigenverantwortung als zwei Säulen der Resilienz können uns mit der Selbstwirksamkeit den Wandel in unserer Zeit besser annehmen und positiv betrachten lassen. Die gestärkte Lebenskraft in Verbindung mit der Herzkohärenz unterstützen uns in einem lebensbejahenden Handeln und in der Entwicklung, Unsicherheiten loslassen zu können.

Was können wir selbst tun, um unsere Zuversicht zu stärken?

Wie können wir unsere innere Stabilität stärken und einen Kompass des Vertrauens finden?

Für diese Fragen gibt es einen inspirierenden Workshop mit Wissenswertem, Impulsen und Übungen

- am 28.09.2024
- von 9:30 Uhr bis 14:00 Uhr, ab 9.00 Uhr „Ankommen bei Kaffee“
- mit Dr. Judith Hacker und Ernie Fuchs
- Wohnoase Robert Stolz, Theodor-Körnerstraße 65, 8010 Graz - Eingang im Hof
- Teilnahmegebühr: € 85 (Ermäßigungen für GeringverdienerInnen möglich)

Anmeldungen bitte bis 21.09.2024 an office@styriak.at oder auf www.styriak.at

Jeder Mensch hat das Potenzial, über sich hinauszuwachsen.

Joe Dispenza

Erlebe einen Wohlfühl-Workshop mit inspirierendem Austausch und bestärkenden Impulsen für DEIN persönliches Wohlbefinden!

Wir freuen uns auf DICH!

