

GLÜCKLICH & RESILIENT



ALS LEHRERIN SEIN



Erwecke deine innere Stärke: Online-Resilienzkurs für Lehrkräfte, Pädagog*innen, Trainer*innen und alle, die mehr Widerstandskraft brauchen. Mit Glück und Resilienz den Herausforderungen gewachsen sein.

Kurzprofil:

- Online-Kurs
- Startet am 20.02.2024
- 8 Live-Termine alle 2 Wochen dienstags 19-21 Uhr
- Materialien und Videos für 6 Monate zugänglich
- Trainerin: Annette Polenz

Termine:

- 20.02.2024
- 05.03.2024
- 19.03.2024
- 23.04.2024
- 07.05.2024
- 28.05.2024
- 11.06.2024

Kosten:

280€ für alle 8 Termine und die Kursinfos auf der Online-Plattform (für 6 Monate)

Hier geht es zur Anmeldung:

<https://akademie.gluecksstifter.de/kurse/resilienz24/>

Was erwartest dich im Kurs?

Inhalte u. a.: Finde dein eigenes Credo und stärke deine Stärken, lasse dich von deinem Netzwerk stärken, finde zu einer in deinem Sinne widerstandsfähigeren Haltung, lerne, wie du besser aus Stress heraus kommst.

Praktische Anwendungen: In acht interaktiven Online-Sessions, die alle zwei Wochen stattfinden, tauchst du tief in die Welt der Resilienz ein.

Gemeinschaft und Austausch: In unseren Live-Sessions triffst du auf Gleichgesinnte, mit denen du dich in Gruppenarbeiten austauschen und voneinander lernen kannst. Gemeinsam stärkt ihr eure Fähigkeiten, Herausforderungen zu bewältigen und euch gegenseitig zu unterstützen.

Flexibilität und Komfort: Der gesamte Kurs findet online über Zoom statt, sodass du bequem von zu Hause aus teilnehmen kannst.