



ZUSATZTERMIN FÜR VORTRAG ZU RESILIENZ UND SELBSTFÜRSORGE FÜR FRAUEN

Veröffentlicht am 03.06.2020 um 07:52 von Redaktion Stodo.NEWS

Wegen hoher Nachfrage: Gemeinde bietet weiteren

Termin mit der Trainerin für Resilienz und systemischen Therapeutin Heike Schorz-Roscher an.

Weil gerade Frauen neben der Berufstätigkeit auch für Kinder und Haushalt verantwortlich und Homeoffice, Hausaufgabenbetreuung, Ersatzangebote für Sport, Hobbys und soziale Kontakte der Kinder koordiniert müssen und aufgrund der Nachfrage bietet die Gleichstellungsbeauftragte der Gemeinde Stockelsdorf einen weiteren Online-Vortrag für Frauen mit der zertifizierten Trainerin für Resilienz und systemischen Therapeutin Heike Schorz-Roscher an.

In dem Online-Vortrag am **Donnerstag, 11. Juni 2020 von 19 bis 20:30 Uhr** geht es darum, sich selbst zu sortieren und sich den Umständen entsprechend auszurichten. „Wir bekommen wertvolle Anregungen für die Bewältigung der aktuellen Anforderungen. Wir finden Zugang zu unseren Stärken und erkennen durch die Ausführungen der Referentin, wie wir sie effektiv einsetzen“.

Besonders wichtig ist dabei die Selbstfürsorge. „Wie gehe ich mit Optimismus durch diese Zeit der Krise, wie erhalte ich meine Steuerungsfähigkeit, und was tut mir gut“ sind die zentralen Themen von Heike Schorz-Roscher. Die Therapeutin verrät auch, wie Frauen konstruktiv mit Ängsten umgehen, und wie sie sich erfolgreich von negativen Situationen, die Energie rauben, abgrenzen können.

Der Online-Vortrag ist ein kostenloses Angebot der Gemeinde Stockelsdorf. Verbindliche **Anmeldungen** nimmt die Gleichstellungsbeauftragte unter g.dietrich@stockelsdorf.de **bis zum 09.06.2020** entgegen.

Aussender: Gemeinde Stockelsdorf