



Infoveranstaltung Ausbildung zum/zur zertifizierten

Resilienztrainer:in

Kostenlose Informationsveranstaltung zur "Ausbildung zum/zur zertifizierten Resilienztrainer:in"

Resilienz ist die Fähigkeit, Stress und herausfordernde Situationen im Leben besser zu bewältigen und sie als Chance zur Weiterentwicklung zu nutzen. Doch wie kann man diese Fähigkeit der inneren Stärke erlangen?

Wir werden in diesem Lehrgang der Frage nachgehen, welche Fähigkeiten und Grundhaltungen zu innerer Balance und Gelassenheit und somit zu mehr Lebensfreude führen und welch wichtige Rolle hierbei das Entdecken der eigenen Potenziale und Talente spielt.

Sie lernen die verschiedenen Resilienzfaktoren kennen und Methoden, um diese zur Stärkung der eigenen Widerstandsfähigkeit einzusetzen. Weiters erwerben Sie die Fähigkeit, dieses Wissen im Unterricht an andere Personen weiterzugeben.

Information

Kursdauer: 2 Einheiten

Fachbereich: Persönlichkeit & Kreativität

Verfügbare Termine

18.12.2025 18:00, Graz

Ort Graz

Beginn 18.12.2025 18:00 Ende 18.12.2025 20:00

Örtlichkeit Steiermarkhof Betriebs GmbH & Co KG,

Ekkehard-Hauer-Straße 33, 8052 Graz

Information Nicole Pötz, Tel +43 316 8050 7102,

nicole.poetz@steiermarkhof.at

Kursnummer 6-0020630

Trainer:in Mag. Alexandra Kleindienst

Veranstalter Landwirtschaftskammer Steiermark BgA

Steiermarkhof - Bildung und Kultur

© 2025 - Ifi.at Ausdruck vom 28.11.2025