



Einladung

Liebe Familien und Mitglieder der PMD-Gesellschaft,
die Phelan-McDermid-Gesellschaft e.V. lädt euch herzlich zu folgendem Online-Workshop ein:

„Resilienz – die innere Widerstandsfähigkeit stärken“

„Man sollte viel öfter einen Mutausbruch haben“

Termin: Samstag, 15.06.2024, 13:00 Uhr – ca. 16:00 Uhr

Referentin: Marlies Carbonaro (Gerontotherapeutin, Entspannungstherapeutin
Potentialentfaltungskoach)
www.werkstatt-leben-kreativ.de



Teilnahmegebühr: Für PMD-Mitglieder: kostenlos

Anmeldung: Per Mail an kontakt@22q13.info bis spätestens 13.06.2024

Teilnehmeranzahl: Maximal 20

Der Workshop wird über die Online Plattform Microsoft Teams durchgeführt. Den Link und weitere Infos erhaltet ihr einige Tage vor der Fortbildung.

Inhalt des Workshops:

Resilienz und Selbstfürsorge

Wie funktioniert das Immunsystem der Seele?

Welche Faktoren beeinflussen Resilienzen und wie können wir unsere innere Stärke fördern?

In diesem interaktiven Workshop geht es um viele Fragen, wie zum Beispiel:

Was ist Resilienz und kann man sie erlernen? Wieviel benötigt man von ihr und braucht sie sich auf?

Was ist Selbstregulation und Selbstwirksamkeit?

Tu es für dich und alle werden es bemerken.