

Zielpublikum

Fachpersonen im Gesundheitsbereich

Kosten (inkl. Mittagessen und Pausenverpflegung)
CHF 280

Anmeldung

Bis 4. Oktober 2024 auf www.paulusakademie.ch

Veranstaltungsort

Paulus Akademie
Pfingstweidstrasse 28
8005 Zürich
info@paulusakademie.ch
043 336 70 30



Annullationsbedingungen

Nach Eingang Ihrer Anmeldung erhalten Sie eine Rechnung, die bis zum Veranstaltungsbeginn zu begleichen ist. Bei einer Abmeldung bis 14 Tage vor Beginn der Veranstaltung wird eine Bearbeitungsgebühr von CHF 50.– verrechnet. Bei einer späteren Abmeldung wird der gesamte Betrag in Rechnung gestellt. Die Anzahl Teilnehmende ist beschränkt. Veranstaltungen mit zu kleiner Teilnehmerzahl können abgesagt werden, wobei das Kursgeld zurückerstattet wird.

UND ICH? NEUE WEGE ZUR SELBSTFÜRSORGE FÜR FACHPERSONEN IM GESUND- HEITSWESEN



Bild: iStock

Workshop

DI 29.10.2024
08.45 bis 16.45 Uhr

**PAULUS
AKADEMIE**
STELLT
FRAGEN
ZUR
ZEIT



Als Fachperson im Gesundheitsbereich bist du täglich für das Wohlbefinden anderer da. Doch wie steht es um dein eigenes Wohlbefinden?

Entdecke Wege, um dich selbst besser zu unterstützen und deine innere Stärke zu fördern.

Erfahre in Reflexion, Austausch und Körperübungen, was gut tut und was du verlernen solltest.

Caring ist unteilbar – das ist unsere Überzeugung. Durch die Auseinandersetzung mit den eigenen Emotionen und die Förderung von Selbstverantwortung lernst du dich selbst besser zu verstehen und fürsorglicher mit dir umzugehen.

Eine Veranstaltung in Kooperation mit Spital- und Klinikseelsorge, Balancepunkt, Mutausbruch sowie Asta

Gäste / Referierende

- Franziska Dönni, Bildungsverantwortliche Langzeitpflege und Lehrende Transaktionsanalytikerin PTSTA C
- Sarah Dietschweiler, Stress und Resilienz Coach und Dozentin
- Fabienne Walder, Pflegeexpertin und Dozentin
- Daniel Burger, Palliativseelsorger und Schwertlehrer

Moderation

Franziska Dönni

Programm

08:45	Eintreffen mit Kaffee
09:00	Start der Fachveranstaltung
09:15	«Und ich?» Caring ist unteilbar
09:45	Stress und Resilienz
12:00	Mittagspause mit Catering
13:00	Körperübung
13:15	Sieben Säulen der Resilienz
14.10	Fünf Wege, fünf Richtungen
14:30	Kaffeepause
14:45	Sieben Säulen der Resilienz
15:45	Inne halten - Ernte
16:45	Ende der Veranstaltung