

Ankündigungstexte der Referentinnen

Elke Müller-Seelig, Kommunikationstrainerin und Gabi Scheuring, Seelsorgerin Geschwisterrangfolge welche Auswirkungen hat das fürs Leben? Eine spannende Geschichte

Von der Kindheit über die Pubertät bis ins Erwachsenenalter können - unter Berücksichtigung der Geschwisterstellung - individuell abgestimmte Familienstrategien entwickelt und Beziehungen mit- und untereinander neu, bzw. anders gestaltet werden. So eröffnen sich Chancen, eigene Mechanismen zu hinterfragen, so dass selbst auch mehr Freiheiten wahrgenommen werden können.

Heidi Kiene und Elke Giese

Chancen im Beruf für betroffene Frauen ab 40

Ein Alter, in dem Berufs- und Lebenserfahrungen gesammelt sind. Welche Ziele können jetzt in den Blick genommen werden, welche Perspektiven öffnen sich und welche Hürden müssen vielleicht genommen werden? Vor welchen Entscheidungen, welchen Konflikten stehe ich?

In diesem Workshop soll Raum sein zurückzublicken, in die Zukunft zu schauen und ggf. neue Strategien zu entwickeln.

Hannah Müller, Ergotherapeutin

Guter Stress, böser Stress!

Zielgerichtet den Stressauslösern auf die Schliche kommen und sie erfolgreich in nützliche Ressourcen umwandeln.

In diesem Workshop geht es darum eigene Bedürfnisse im Alltag herauszufinden und zielgerichtet Möglichkeiten kennenzulernen, um Stress und Überforderung zu erkennen und zu vermeiden.

Hannah Müller, Ergotherapeutin und Bettina von Hanffstengel, Diplom-Sozialpädagogin und Märchenerzählerin

Auf die Plätze, fertig, los!

Sich selbst unter Druck setzen, von Anderen gefordert werden und selbst auf der Strecke bleiben!? Nein, danke... jetzt bin ich dran!

In unserem Workshop geht es um Selbstfürsorge und das Kennen- und Liebenlernen eigener Stärken.