



TAKademy

SAVE-THE-DATE

9. Sept. 2020
AB 17.00 UHR



Resilienz - Was ist das eigentlich? Und wie können wir unsere Resilienz aktiv stärken?

Dieses Webinar, geführt von **Martin Inderbitzin**, Neurowissenschaftler, Bauchspeicheldrüsenkrebs-Survivor und Gründer der Plattform mysurvivalstory.org, soll aufzeigen, wie es auch in Krisenzeiten gelingt, die inneren Reserven zu mobilisieren, die Ruhe zu bewahren und gelassen durch den Alltag zu gehen. Sie werden erfahren, wie Sie aktiv Ihre Perspektive beeinflussen und positiv in die Zukunft blicken können. Dabei lernen Sie auch praktische Methoden, wie Sie selbst Ihren Gemütszustand verbessern und somit Ihre eigene Resilienz stärken können.

Webinar

Referent:

Martin Inderbitzin,
www.mysurvivalstory.org

Wann:

Mittwoch, 9. September 2020
um 17:00-18:00 Uhr

Dauer:

45 Min Präsentation anschliessend
Diskussion und Fragen

Teilnahme:

kostenlos, keine Anmeldung notwendig

Sprache:

Deutsch

Login:

<https://us02web.zoom.us/j/82265853242>

Alternative Teilnahme auf Google Meet:

meet.google.com/qgs-qike-xjr

Telefon:

+41 43 430 97 45 (PIN: 223326136)