

Liebe fiNOs, liebe Gäste,
wir möchten euch herzlich zu unserem Netzwerkabend
mit Impulsvortrag einladen.

Wann: Donnerstag, 22. Februar 2024 um 19:00 Uhr

Wo:



Cafe Extrablatt Oldenburg, 1. OG
Lange Str. 90, 26122 Oldenburg



www.schleiff-teamtraining.de

Thema des Abends: Resilienz

Was ist Resilienz und wie hilft diese in herausfordernden Zeiten?

Wir werden an dem Abend mit einer kurzen Vorstellungsrunde aller Teilnehmerinnen starten.

Im Anschluss wird uns **Maren Schleiff von der Firma Team-Training** mit einem kleinen Impulsvortrag das Thema Resilienz vorstellen und erklären, wie sich Resilienz auf das eigene Wohlbefinden auswirken kann. Wir lernen die sieben Säulen der Resilienz kennen, die sogenannten Ressourcen im Umgang mit schwierigen Bedingungen. Jede von uns hat sie, nur sind sie bei jedem unterschiedlich stark ausgeprägt. Das Gute ist, jede von uns kann Sie lernen und trainieren!

Der Abend ist eine tolle Gelegenheit, um etwas über den Umgang mit Resilienz zu lernen und sich mit anderen Frauen bekannt zu machen und zu vernetzen.

Die Veranstaltung im Cafe Extrablatt ist für Mitglieder und Gäste kostenlos!

Die Gastronomie freut sich aber über den Verzehr von Getränken und Speisen, die an diesem Abend von jedem selber gezahlt werden müssen!

Zwecks Planung bitten wir um eine verbindliche Anmeldung bis zum 20.02.2024 per E-Mail an: post@frauenbetriebe-ol.de.

Wir freuen uns auf euch!

Herzliche Grüße

Euer fiNO-Vorstand