

# ■ Gelassen bleiben

Gelassenheit als innere Kraftquelle im Betreuungs- und Pflegealltag



**Workshop mit Mag. ROSA KAUFMANN, MSc  
DGKP (Public Health)**

■ <b>Dauer:</b>	<b>4 Stunden (13:00 – 17:00 Uhr)</b>
■ <b>Format:</b>	<b>Präsenz-Workshop</b>
■ <b>Kosten:</b>	<b>€ 30</b>

Ziel ist es, Menschen in einer belastenden Situation als unterstützende und pflegende An- und Zugehörige zur Gelassenheit zu führen. Sie lernen, persönliche Ressourcen zu finden und Gelassenheit bei Bedarf bewusst für sich selbst herzustellen und einzusetzen.

■ Veranstaltungsort und Datum: *nach Anfrage*

■ Anmeldung unter: **rosa-kaufmann@outlook.com** oder **0664 308 1665**

■ Weitere Infos: **[www.gesundheitsförderung-kaufmann.at](http://www.gesundheitsförderung-kaufmann.at)**