

«Di internaziunal da la vegldüm»:

Widerstandskraft bei Belastungen - Resilienz

1 october, Scuol

Vortrag mit Heinz Rüegger:

**«Wie gewinnt man seelische Widerstandskraft im
Umgang mit Belastungen?»**

Anschliessend vier Wahl-Workshops mit Co-Referenten

**Post da cussagliaziun / Beratungsstelle Pro Senectute,
Gallaria Milo / Stratun 400**

14.30 a las 17.30

Keine Anmeldung erforderlich / sainz'annunzcha