



Tag der betreuenden Angehörigen: Widerstandskraft bei Belastungen 30. Oktober, St. Moritz

Vortrag mit Heinz Rüegger:

**«Wie gewinnt man seelische Widerstandskraft im
Umgang mit Belastungen?» Zur Bedeutung von
Resilienz**

Anschliessend sechs Wahl-Workshops rund ums Thema
«was mir gut tut» mit diversen Co-Referenten

Ort: Hotel Laudinella, St. Moritz
Zeit: 14.30 - 17.30 Uhr

Keine Anmeldung erforderlich