

R, E, S, I, L, I, E, N, Z



Resilienz – Starke Strategien für schwierige Zeiten.

Worum geht es:

Resilienz, das ist die Kraft, mit der es Menschen gelingt, Schicksalsschläge, Nöte und Widrigkeiten zu überwinden. Sie ist die innere Stärke, mit der Menschen Krisen so meistern, dass sie sogar gestärkt daraus hervorgehen.

Resilienz ist erlernbar!

Erfahren Sie in diesem Seminar, welche Fähigkeiten in Ihnen stecken und welche Fähigkeiten noch ausgebaut werden können, damit Sie der nächste „Stress-Sturm“ nicht mehr aus der Bahn wirft.

Erleben Sie ein Seminar, aus dem sie entspannt und erholt zurückkehren – voller neuer Kraft und Motivation, um Ihren alltäglichen beruflichen oder privaten Anforderungen gelassen entgegenblicken.

Darüber hinaus erhalten Sie individuelle Anregungen, wie Sie Ihre Erkenntnisse auf konkrete Alltagssituationen übertragen können.

Seminarzeiten:

08.09. Beginn: 13:00 Uhr

09.09. Ende: 14:00 Uhr

Ihre Anmeldung:

Bis zum 30. 06.2026 per E-Mail an:
info@johanniter-schwesternschaft.de oder
über folgenden [Link](#)

Ein Angebot der Johanniter-Schwesternschaft

Gesund mit Herausforderungen und Veränderungen umgehen – die eigene Resilienz stärken

08.- 09.09.2026 in Hannover

Referent:

Marita Neumann (Resilienztrainerin und Coachin)

Seminarort:

Hanns-Lilje-Haus
Knochenhauerstraße 33
30159 Hannover
<https://www.hanns-lilje-haus.de/>

Seminarpreis:

Ca. 400 Euro (inkl. Übernachtung und Verpflegung)

Die Kosten für Johanniterschwestern übernimmt die Schwesternschaft. Reisekosten sind selbst zu tragen. Gäste überweisen bitte die Fortbildungskosten bis zum 30.06.2026 an die Johanniter-Schwesternschaft e.V.
IBAN: DE88 1007 0024 0307 0406 00