caritascampus

Caritasverband
für das Erzbistum Köln

Weitere Informationen und Online-Anmeldung unter www.caritascampus.de

Glauben als Kraftquelle entdecken

Innere Stärke aktivieren, Ressourcen entdecken und Stress loslassen

Sie wollen mit Stress, Belastungen und Veränderungen souveräner umgehen und im anstrengenden Kita-Alltag ihre Kräfte bewahren? Entdecken Sie Ihre innere Stärke und gewinnen Sie neue Perspektiven für ein ausgeglichenes und selbstbewusstes Leben!

Diese Fortbildung lädt Sie ein, Ihre persönlichen Ressourcen zu erkunden, Glauben als wertvolle Kraftquelle zu erfahren und Wege zu finden, Stress nachhaltig loszulassen.

Inhalte:

In dieser Fortbildung lernen Sie, nicht nur die Ursachen und Auswirkungen von Stress kennen, sondern Sie entdecken, wie Sie mit belastenden Situationen im Kita-Alltag ganz konkret umgehen können. Die auslösenden Stressoren können sowohl von außen, wie in uns selbst und unseren Lebensumständen begründet liegen.

Ziel:

Ziel dieser Fortbildung ist es, ein Bewusstsein von innerer Stärke durch den Glauben in der pädagogischen Arbeit und für sich selbst zu schaffen, eigene Handlungsfelder zu reflektieren, die eigene innere positive Haltung zu stärken und zu festigen.

Methoden:

Durch konkrete Beispiele aus Ihrer Praxis und praktischen Übungen (Sie erhalten einen Methodenkoffer mit praxiserprobten Übungen) können Sie Ihre innere Kraft stärken und durch den Glauben weiterentwickeln, um in schwierigen Situationen gelassen und in Ihrer Mitte zu bleiben.

Nummer

24027-046

Datum

19.04.2027

Zeit

09:30 - 16:00 Uhr

Ort

Marienhaus
Kapitelstraße 36
41460 Neuss

Zielgruppen

Mitarbeitende in Kitas und Familienzentren

Referent/in

Jutta Bücheleres
Kita-Leiterin
Fachwirtin im Erziehungswesen (KA)
Lehrteamerin des Landessportbundes NRW

Teilnehmende (max.)

18

Reduzierter Preis für Mitgliedsorganisationen

75.00 €

Normaler Preis für Externe

100.00 €

Bildungspunkte (ECTS)

0.60

Ansprechpartner/in

Johanna Claßen

Verpflegung

Getränke

Unterrichtsstunden

8