



Der Tanz mit dem Besen

Stärkung und Motivation für den
(Berufs-)Alltag

2017

Seminare für Reinigungsfachfrauen und
verwandte Berufsgruppen

Dienstag
19. September 2017

Den Blick auf das Positive richten

Der Oasentag soll die Sinne schärfen, damit all die Dinge entdeckt werden, die den Alltag reicher machen, die kostenlos und doch so wertvoll sind.

Mit einem wachen Auge, einem aufmerksamen Ohr und einem weiten Herzen viele Momente der Dankbarkeit erleben.

Strategien, um Quellen der Kraft und Freude zu sehen und für die innere Stärke nutzbar zu machen.

Referentinnen:
Josephine Schlechter
dipl. Erwachsenenbildnerin

Mela Feistenauer
Anleiterin für Körperübungen

Mittwoch
20. September 2017

Die Kraft der Sehnsucht – positive Energie fürs Leben und den Arbeitsplatz

Sie ist mehr als nur ein Wunsch: Sehnsucht ist inniges Verlangen, sie kann schmerzhaft sein und sie kann Energie (Kraft) spenden. Sehnsucht ist ein wesentlicher Teil des menschlichen Seins und Ausdruck starker Lebensenergie.

Referentinnen:
Josephine Schlechter
dipl. Erwachsenenbildnerin

Mela Feistenauer
Anleiterin für Körperübungen



Der Tanz mit dem Besen

Stärkung und Motivation für den
(Berufs-)Alltag

2017

Seminare für Reinigungsfachfrauen und
verwandte Berufsgruppen

Kommunikation
und Selbstwert,
Umgang mit Stress und Druck am
Arbeitsplatz, Bewältigung von
Krisen und Konflikten und
Vermeidung von Burnout sind
Inhalte dieser Fortbildung.

Es geht um schonende Körperhaltung
und Bewegungsabläufe,
frauenspezifische Gesundheitsthemen,
Vermeidung von Arbeitsunfällen und
arbeitsrechtliche Fragen.

Kursort	Bildungshaus St. Arbogast, Götzis
Zeit	jeweils von 09.05 bis 17.00 Uhr
Kursbeitrag	€ 30,00 pro Seminartag
Verpflegung	€ 16,00 (Mittagessen und Jause)
Anmeldeschluss	10 Tage vor dem Seminarbeginn

Information und Anmeldung	Frauenreferat, Katholische Kirche Vorarlberg
Sekretariat	Marianne Springer Bahnhofstr.13, 6800 Feldkirch T 05522 3485205
E-Mail	marianne.springer@kath-kirche-vorarlberg.at