



FachFrauenNetzwerk e.V.

c/o Marlies Stange

Alsfelder Straße 7

64289 Darmstadt

Tel.: 06151 – 971 42 33

Fax: 06151 - 319453

info@FachFrauenNetzwerk.de

www.FachFrauenNetzwerk.de

Einladung vom FachFrauenNetzwerk e.V.

Darmstadt, den 09. Juni 2017

Leben, lieben, lachen

Ein Impulsvortrag vom FachFrauenNetzwerk e.V. für gestresste Menschen, die ihre Lebenslust wieder finden wollen.

Die täglichen Herausforderungen zu meistern, fällt nicht immer leicht. Viele Menschen fühlen sich gehetzt und getrieben. Das kostet nicht nur Kraft und Energie. Immer mehr Menschen sind frustriert, denn das Pensum, das sie sich vorgenommen haben, ist einfach nicht zu schaffen. Die Unzufriedenheit steigt, das Selbstbewusstsein leidet. Interessant dabei ist, dass es oftmals die einfachen Dinge sind, die weiterhelfen. Um gesund mit mehr Freude und Leichtigkeit durchs Leben zu gehen gewinnt „Resilienz“ – die psychische Widerstandskraft – beruflich wie privat an Bedeutung. Interessierte Frauen sind eingeladen, bei einem Impulsvortrag beim FachFrauenNetzwerk e.V. Resilienz für sich zu entdecken. Sigrid Diekow referiert am **Mittwoch, den 28. Juni um 19 Uhr im Alten Kelterhaus, Friedhofstraße 94, 64625 Bensheim.**

Resilienz befähigt Menschen, mit Stress besser umzugehen, Veränderungen und Krisen leichter zu bewältigen. Sie trägt dazu bei, psychisch und physisch gesund und leistungsfähig zu bleiben, ja mit mehr Freude und Leichtigkeit durch den Tag zu gehen.

Referentin ist **Sigrid Diekow**, Life- und Business-Coach, Resilienz-Trainerin aus Bensheim. Sie begleitet Menschen in Veränderungsprozessen, Krisen und Neuorientierungsphasen. Ihre Schwerpunkthemen sind Stress-/Selbst-Management und Resilienz.

Der Vortrag ist für Mitglieder kostenfrei. Von Nichtmitgliedern wird ein Beitrag von 10,00 € erhoben, der der Vereinsarbeit zugutekommt. Nähere Informationen bei Marlies Stange, Tel. 06151/971 42 33. Wir bitten aus organisatorischen Gründen um Ihre verbindliche Anmeldung unter: info@fachfrauennetzwerk.de. Infos unter: www.fachfrauennetzwerk.de

Ansprechpartnerin:

Marlies Stange

Alsfelder Straße 7

64289 Darmstadt

Tel.: 06151 – 971 42 33