Webinar: LQB - Erste Hilfe für die Seele für Bäuerinnen und Bauern

Die Landwirtschaft ist eine erfüllende, aber auch anspruchsvolle Aufgabe – sie erfordert nicht nur körperlichen Einsatz und wirtschaftliches Geschick, sondern bringt oft auch soziale und psychische Herausforderungen mit sich. Der enge Austausch innerhalb der Familie und im Betrieb, gepaart mit Generationenkonflikten und äußerem Druck, kann belastend sein. Dies kann dazu führen, dass die seelische Gesundheit an ihre Grenzen stößt. Doch was kann man tun, wenn es einem selbst oder jemandem im Umfeld nicht gut geht?
In diesem Vortrag geht es darum, was psychische Gesundheit bedeutet und wie man erste Anzeichen von krank machenden Belastungen erkennen kann. Anhand praktischer Beispiele aus der Landwirtschaft wird gezeigt, wie Stress und seelische Probleme entstehen und welche Möglichkeiten es gibt, damit umzugehen.

Hilfe annehmen und geben will gelernt sein

Wir sprechen über Wege, sich selbst zu stärken und wie man im Alltag gut für sich sorgen kann, um Herausforderungen besser zu meistern. Ein Schwerpunkt liegt darauf, wie wir Angehörigen helfen können, wenn es jemandem in der Familie oder im Betrieb nicht gut geht. Es geht darum, schwierige Situationen zu erkennen, einfühlsam und sicher zu reagieren und zu wissen, wo man Unterstützung finden kann.

© 2026 - lfi.at

Information

Kursdauer:	1,5 Einheiten
Kursbeitrag:	20,00 € Teilnahmebeitrag gefördert 40,00 € Teilnahmebeitrag ungefördert Bildungsförderung LE 23-27 Poolprojekte
Fachbereich:	Persönlichkeit & Kreativität, Gesundheit und Ernährung
Zielgruppe:	Bäuerinnen und Bauern die Interesse am Thema "Hilfe annehmen und geben" haben.

Verfügbare Termine

© 2026 - lfi.at