
Erste Hilfe für die Seele - Webinar zum Umgang mit Belastungen am Hof

In diesem Vortrag, der bequem vor dem eigenen PC konsumiert werden kann, geht es darum, sich selbst zu stärken, um Herausforderungen in Familie und Beruf besser meistern zu können.

Hilfe annehmen und geben will gelernt sein. Anhand praktischer Beispiele aus der Landwirtschaft wird gezeigt, was psychische Gesundheit bedeutet und wie man erste Anzeichen von krankmachenden Belastungen erkennen kann. Einerseits wird gezeigt, wie Stress und seelische Probleme entstehen und welche Möglichkeiten es gibt damit umzugehen. Andererseits wird aufgezeigt, wie Angehörigen geholfen werden kann. Schwierige Situationen erkennen, einfühlsam und sicher reagieren und wissen, wo man Unterstützung findet sind die Basis für eine positive Entwicklung der Lebensqualität bei der Bewältigung herausfordernder Situationen am Hof.

Info zum Webinar:

Termin: 07.05.2025, 19:30-21:00 Uhr

Ort: online

Teilnahmebeitrag: € 20,00 p.P. gefördert, € 40,00 p.P. ungefördert

Buchungsnummer: 3-0090603

Anmeldung: noe.lfi.at/nr/3-0090603