

---

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

*In diesem eintägigen Seminar werden Grundlagen der psychischen Gesundheit vermittelt und Kompetenzen zum Erkennen erster Anzeichen von krankmachenden Belastungen aufgebaut. Es wird gezeigt, wie Stress und seelische Probleme entstehen und welche Möglichkeiten es gibt, damit umzugehen.*

Erfahrene Seminarleiter sprechen einerseits über Wege, sich im Alltag selbst zu stärken um Herausforderungen besser zu meistern. Andererseits wird gezeigt, wie mit Belastungen von Familienmitgliedern, Mitarbeitern und Mitmenschen richtig umgegangen wird. Die Teilnehmenden sollen nach dem Seminar schwierige Situationen erkennen, einfühlsam und sicher reagieren können und Unterstützungsangebote kennen.

Mit dem erworbenen Wissen kann nicht nur betroffenen Person geholfen werden, sondern auch der Zugang zu professioneller Hilfe erleichtert werden.

### Infos zum Kurs:

Termin: 17.10.2025, 09:00-17:00 Uhr

Ort: Amstetten

Teilnahmebeitrag: € 45,00 p.P. gefördert, € 120,00 p.P. ungefördert

Buchungsnummer: 3-0090790

Anmeldung: [LQB-Seminar: Erste Hilfe für die Seele für Bäuerinnen und Bauern | LFI Niederösterreich](#)