

Organisation und Leitung:

KreisLandFrauenverband Ulm
Renate Wolf, Vizepräsidentin & Kreisvorsitzende

Rückfragen:

Carmen Rouhiainen, Bildungsreferentin
E-Mail: rouhiainen@landfrauen-bw.de

Betrag für die Teilnehmerinnen:

15,- Euro für Mitglieder
20,- Euro für Nichtmitglieder

Anmeldeschluss ist am 30. September 2023.

Verbindliche Anmeldung* mit Anmeldeformular
bitte schriftlich per E-Mail an anmeldung@landfrauen-bw.de
Information und Anmeldebogen unter
landfrauen-bw.de/veranstaltungen/

**Im Verhinderungsfall bitten wir um frühzeitige Benachrichtigung und Ersatz. Bei unentschuldigtem Fernbleiben wird der Teilnehmerbeitrag fällig.*

Diese Veranstaltung wird gefördert vom
Ministerium für Ernährung,
Ländlichen Raum und Verbraucherschutz
im Rahmen des Projekts „Starke Frauen - starkes Land“



Baden-Württemberg

MINISTERIUM FÜR ERNÄHRUNG, LÄNDLICHEN RAUM
UND VERBRAUCHERSCHUTZ

Erste Hilfe für die Seele Psychische Belastung und Burnout



Freitag, 06. Oktober 2023

Ev. Gemeindehaus Ballendorf
Brunnenplatz 8
89177 Ballendorf

Gäste sind
willkommen!

Organisation: KreisLandFrauenverband Ulm

Im Auftrag des Bildungs- und Sozialwerks des
LandFrauenverbandes Württemberg-Baden e.V.

Erste Hilfe für die Seele

Psychische Belastung und Burn-Out

Die Referentin Karen Hendrix, Ärztin und Psychiaterin an der psychosomatischen Klinik in Simbach am Inn, kümmert sich um Menschen mit psychischen Erkrankungen, darunter auch Burnout.

Wie viel Belastung können wir tatsächlich ertragen?

Wie erkennen wir frühzeitig Anzeichen für Veränderungen und welche Warnzeichen deuten auf Burnout, psychische und seelische Belastungsstörungen hin?

Karen Hendrix, eine engagierte Ärztin mit einem hohen Erfahrungswert wird uns dazu wertvolle Antworten geben. Lernen Sie, psychische Belastungen und Burnout frühzeitig zu erkennen, achtsam zu handeln und sensibilisieren Sie sich für eine gesündere Zukunft.

Marie-Luise Linckh

Marie-Luise Linckh
Präsidentin des
LandFrauenverbandes
Württemberg-Baden e.V.

Renate Wolf

Renate Wolf
Vorsitzende des
Agrarsozialen
Arbeitskreises

Einblicke in unsere Lebenswelt finden Sie auf



„Frauen auf dem Hof
– ebbes isch emmer los“



Programm (Änderungen vorbehalten)

- 14.00 Uhr **Ankommen** mit Kaffee und Kuchen
- 14.30 Uhr **Begrüßung und Einführung in das Thema**
*Marie-Luise Linckh, Präsidentin LandFrauenverband
Württemberg-Baden e.V.*
- 14.45 Uhr **Wie viel kann ich aushalten?**
**Sensibilisierung – Achtsamkeit – Anzeichen
rechtzeitig erkennen und reagieren**
*Karen Hendrix, Ärztin & Psychiaterin, Psychosomatische
Klinik Simbach am Inn*
- 16.30 Uhr **Workshop in zwei Gruppen**
Gruppe 1: Moderation Frau Hendrix
Gruppe 2: Moderation Carmen Rouhiainen
- 17.30 Uhr **Sozialer Austausch mit gemeinsamem Essen**
- 18.15 Uhr **Vorstellung der Ergebnisse aus den Gruppen &
Diskussion**
- 19.15 Uhr **Achtsamkeitsübung**
Carmen Rouhiainen
- 19.30 Uhr **Woher erhalte ich Hilfe?**
Notfallnummern & Ansprechpartner
Karen Hendrix
- 20.15 Uhr **Abschlussworte**

„Achtsamkeit ist nicht schwierig,
wir müssen uns nur daran erinnern achtsam zu sein“

Sharon Salzberg

Anmeldung

Hiermit melde ich mich verbindlich an zum

Fachtag „Erste Hilfe für die Seele – Psychische Belastung und Burnout“

am **Freitag, 6. Oktober 2023**

Anmeldeschluss: 30. September 2023

Teilnahmegebühr: 15,- Euro für Mitglieder
20,- Euro für Nichtmitglieder

Name, Vorname:

Straße:

Wohnort:

Telefon/ Handy:

E-Mail:

Mitglied im LandFrauenverein (KV/OV):

Die Teilnahmegebühr wird mittels **SEPA-Lastschrift** nach der Veranstaltung eingezogen.
Die Gläubiger-Identifikationsnummer des Bildungs- und Sozialwerkes lautet:
DE26ZZZ00000272944. Die Mandatsreferenz wird mit der Durchführungsbestätigung
mitgeteilt.

Ich ermächtige das Bildungs- und Sozialwerk des LandFrauenverbandes Württemberg-Baden e.V. einmalig eine Zahlung von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, diese Lastschrift einzulösen.

Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Kreditinstitut:

BIC:

IBAN: DE

Kontoinhaber/-in, falls abweichend von Teilnehmer/-in:

Datum, Unterschrift Kontoinhaber/-in:

Das Konto muss die erforderliche Deckung aufweisen. Anfallende Gebühren wegen Nichteinlösung der Lastschrift werden an den Zahlungspflichtigen weitergegeben.

Der Rücktritt von einer Veranstaltung muss dem Bildungs- und Sozialwerk bis spätestens sieben Arbeitstage nach dem jeweiligen Anmeldeschluss vorliegen, damit keine Rücktrittskosten entstehen. Falls bei Rücktritt nach diesem Termin keine Ersatzperson einspringt, wird die Seminar- bzw. Kursgebühr fällig. Mit der Unterschrift werden die oben aufgeführten Rücktrittsbedingungen akzeptiert.

Die für die Organisation der Veranstaltung notwendigen personenbezogenen Daten werden maschinell verarbeitet und gespeichert. Mit der Anmeldung erklären Sie hierfür Ihr Einverständnis.

Nach dem Anmeldeschluss erhalten Sie eine Teilnahmebestätigung.

Datum, Unterschrift:

Ausgefüllten Anmeldebogen bitte senden an:

Antwort per E-Mail (Bitte Anmeldebogen unterschreiben und einscannen) an:

anmeldung@landfrauen-bw.de

Antwort per Post an:

Bildungs- und Sozialwerk des
LandFrauenverbandes Württemberg-Baden e.V.
Coretta Albrecht
Olgastraße 83
70182 Stuttgart

Bei Rückfragen zur Anmeldung: Tel. 0711-248927-12