

Frauenwürde NRW e.V.
und Mirjam
laden herzlich ein:



**Vortrag von Dr. Julia Strecker
zu Widerstandskraft und Selbstfürsorge**

„Resilienz – Selbstfürsorge, damit mein Helfen weiterhin gelingen kann!“



Menschen in helfenden Berufen oder ehrenamtlichen Tätigkeiten werden oftmals mit schweren Schicksalen und Themen konfrontiert und können dabei selbst in einen Sog von Gefühlen wie Hilflosigkeit, Überforderung, Erschöpfung, Ohnmacht und Zweifeln geraten.

In diesem Vortrag geht es um gelingende Seelsorge für jeden einzelnen. Es werden kleine Reflektionen und Übungen vorgestellt, die im Alltag helfen und schützen können.

Dr. Julia Strecker, Köln

Wann? Montag, den 23. November 2015, 15 Uhr

Wo? Mutterhaus der Franziskanerinnen Olpe,
Maria-Theresia-Str. 42

Kosten: 20 €, inklusive Getränke

Anmeldung:

per Post: *Mirjam* - Beratungsstelle für Schwangere, Löherweg 4, 57462 Olpe
per Fax: 0 27 61 – 83 87 18
per E-Mail: beratungsstelle@mirjam-olpe.de.

Bitte melden Sie sich bei Interesse bis zum **10.11.2015** mit nachfolgendem Formular an:
per Post *Mirjam* - Beratungsstelle für Schwangere, Löherweg 4, 57462 Olpe,
per Fax 0 27 61 - 83 87 18 oder
per Mail beratungsstelle@mirjam-olpe.de.

Wir hoffen auf rege Beteiligung
und grüßen freundlich

Frauenwürde-Vorstand und *Mirjam*-Team

Anmeldung

Hiermit melde ich mich verbindlich zur Fachtagung „Resilienz – Selbstfürsorge, damit mein Helfen weiterhin gelingen kann“ am 23.11.2015 von 15:00 Uhr bis 17:00 Uhr in Olpe an.

Name: _____

Straße: _____

PLZ, Ort: _____

Tel.: _____

E-Mail: _____

Den Teilnahmebeitrag in Höhe von 20,00 € habe ich am _____
überwiesen auf das Konto *Frauenwürde NRW e.V.* bei der Volksbank Olpe-Wenden-
Drolshagen,
IBAN: DE73 4626 1822 0001 5747 13.

Ort, Datum, Unterschrift