



IN DEINER STÄRKE

RESILIENZ UND SELBSTSTÄRKUNG

In deiner Stärke – Resilienz und Selbststärkung

In diesem offenen **Online- Gruppenangebot** bekommst du Impulse, um deine innere Stärke zu entdecken, deine Ressourcen zu stärken und mehr Stabilität im Alltag zu finden.

In einer wertschätzenden Atmosphäre tauschen wir uns aus, lernen alltagsnahe Strategien zur Selbstfürsorge kennen und stärken gemeinsam unsere Resilienz.

Präventives Online-Angebot zur Gesundheitsförderung. Keine Therapie.

Donnerstags:
16:00-17:00Uhr

www.gemeinsamgesund-hessen.de



hier anmelden



GKV-Bündnis für
GESUNDHEIT



GKV
Spitzerverband



AOK
Die Gesundheitskasse.



BKV



IKK



SVLFG



KNAPPSCHAFT
für neue Gesundheit



udek
Die Ersatzkassen

Gefördert mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V.