

# EINLADUNG FOBIABEND



## Resilienz in der Physiotherapie

Referent: **Dina Buchs**, Bremgarten, Supervisorin & Coach eidg. Dipl./BSO

Datum: Montag, 1. Mai 2023

Eintritt: Mitglieder *Physiobern*: gratis

Nichtmitglieder: 30.–

*Die Teilnehmerzahl ist auf 80 Personen beschränkt.*

Ort: Weiterbildungszentrum *Physiobern*, Stadion Wankdorf  
Sempachstrasse 22, 3014 Bern

Zeitplan: 18.30 Uhr Türöffnung  
19.00 - 19.45 Uhr Referat  
19.45 - 20.15 Uhr Fragerunde  
ab 20:15 Apéro

### Inhalt

In der Psychologie wird die Fähigkeit, mit Stress, Konflikten oder Krisen konstruktiv umzugehen, „Resilienz“ genannt. Umgangssprachlich sprechen wir von Personen, die über die erforderlichen Grundhaltungen und Fähigkeiten verfügen, auch von „Stehaufmännchen“. Resiliente Menschen sind also widerstandsfähig, flexibel und belastbar. In der Physiotherapie werden genau diese Fähigkeiten immer zentraler und wichtiger sowohl für Patient:innen wie auch für Therapeut:innen. An diesem Vortrag lernst du die Ansätze dazu kennen und nimmst einfach umsetzbare Möglichkeiten in deinen Alltag zurück. Denn Resilienz ist ein Prozess, der ein Leben lang trainiert werden kann.

- Die 7 Schlüssel der Resilienz
- Bewältigungsstrategien
- Praktische Beispiele

Melde dich bis am **25.04.2023** via [www.physiobern.info](http://www.physiobern.info) für diesen Anlass an.  
Wir freuen uns auf deine Teilnahme und einen spannenden Abend!

Vorstand *Physiobern*