

Roncalli-Haus
Max-Josef-Metzger-Straße 12/13
39104 Magdeburg

RONCALLI - HAUS

Anreise mit der Bahn

Vom Hauptbahnhof 10 min Fußweg Richtung Dom,
gegenüber der Kirche St. Sebastian

Anreise mit dem PKW

Von der Autobahn auf den Magdeburger Ring bis Ab-
fahrt Cityring Nord/Zentrum/Universität, dann weiter
siehe Anfahrtsskizze

www.roncalli-haus.de



Roncalli-Haus

M.-J.-Metzger-Straße 12/13, 39104 Magdeburg

Tel: 0391 999 76-400, Fax -440

E-Mail: rezeption@roncalli-haus.de



Tagungs- und Gästehaus · Heimvolkshochschule



Ein Balanceakt...

Resilienz und Ressourcen stärken

26. März 2026

Roncalli-Haus Magdeburg

INFORMATION

Ein Balanceakt...

Resilienz und Ressourcen stärken

Der Arbeitsalltag ist bunt, spannend- und wir stehen im beruflichen Alltag oft vor anspruchsvollen Herausforderungen. Diese eintägige Fortbildung unterstützt Sie dabei, Ihre eigenen Ressourcen zu erkennen, Resilienz zu stärken und Handlungskompetenz in stressigen Situationen zu bewahren. Fachkräfte stehen oft vor anspruchsvollen Situationen. Dabei ist es häufig nicht leicht, die eigene Energie zu bewahren, gelassen und handlungsfähig zu bleiben.

Wir möchten Sie herzlich zu dem praxisorientierten Seminar einladen. Ziel ist es, dass Sie Ihre eigenen Ressourcen bewusst erkennen, Ihre Widerstandsfähigkeit gezielt stärken und die eigenen Strategien zur Stressbewältigung weiterentwickeln.

Inhalte

- Eigene Stärken wahrnehmen und gezielt einsetzen
- Resilienz und persönliche Ressourcen (wieder)entdecken
- Methoden zur Stressbewältigung und Achtsamkeitsübungen erleben
- Reflexion über eigene Belastungen und Austausch
- Praxisnahe Übungen und Transfer in den Berufsalltag

ORGANISATION

Referentin

Nadine Schulz, Dipl. Sozialpädagogin (FH), Mediatorin, Coach und Erwachsenenbildnerin (i. A.)

Leitung

Nadine Schulz

Zielgruppen

Personen aus sozialen Berufen & Interessierte

Beginn und Ende

Dienstag, 26.03.2026 von 9.00 Uhr bis 16.00 Uhr

Preise

Kursgebühr (inkl. Verpflegung): 99€

Übernachtung inkl. Frühstück: **66,00 € (EZ)**

Übernachtung inkl. Frühstück: **97,00 € (DZ)**

Anmeldung

E-Mail: kurse@roncalli-haus.de

Fax: **0391 999 76-440**

Die Anzahl der Teilnehmer:innen ist begrenzt.

Anmeldeschluss ist der 26.02.2026.

Weitere Informationen und Rückfragen

E-Mail: nadine.schulz@roncalli-haus.de

Tel.: **0391 - 999 76 499**

ANMELDUNG

- bitte in Blockschrift ausfüllen -

Hiermit melde ich¹

Vorname

Zuname

verbindlich zu folgender Veranstaltung an:

Seminartitel

Zeitraum

Zusätzlich benötige ich

☐ Einzelzimmer ☐ Doppelzimmer ☐ keine Übernachtung

☐ vegetarische Verpflegung ☐ vegane Verpflegung

Rechnungsanschrift²

Einrichtung

Straße

PLZ/Ort

Telefon

E-Mail

Halbjahresprogramm

Ich möchte das Halbjahresprogramm des Roncalli-Hauses Magdeburg per E-Mail erhalten.

☐ Ja ☐ Nein

Ort, Datum

Unterschrift