

## **Umgang mit Stress und Belastung – Grundlagen der Resilienz**

### **Zielgruppe:**

Ärztinnen und Ärzte, die sich in der Weiterbildung in der Allgemeinmedizin befinden

### **Inhalte:**

Resilienz – Was ist das eigentlich?

Wie kann man Resilienz trainieren und fördern?

Die eigene Resilienz im Praxisalltag aufbauen

### **Zeit:**

18.09.19, Mittwoch, 17:00 - 21:00 Uhr

### **Trainerin:**

**Dr. med. dent. Anke Handrock**

Studium der Biologie und der Zahnmedizin, Zahnärztin. Seit 1995 als Praxiscoach, Strategische Beraterin und Kommunikationstrainerin für Ärzte, Zahnärzte und Betriebe im Gesundheitswesen tätig, Autorin mehrerer Fachbücher

### **Kosten:**

Kostenfrei für ÄiW, die im KW-BB registriert sind

40,00 € (inkl. Pausenversorgung) für nicht-registrierte ÄiW

### **Ort:**

Medizinische Hochschule Brandenburg Theodor Fontane, Campus Neuruppin,  
Fehrbelliner Str. 38, 16816 Neuruppin, Haus D, Seminarraum 3, Raum 107

### **Ansprechpartnerin:**

Dr. phil. Maria Cieschinger (maria.cieschinger@mhb-fontane.de)

Weitere Informationen zur Anmeldung finden Sie unter [www.mhb-fontane.de/kw-bb.html](http://www.mhb-fontane.de/kw-bb.html)