Krisen und herausfordernde Zeiten gut meistern - Hilfe zur Selbsthilfe

Unser Leben verläuft – beruflich wie privat – nicht immer geradlinig. Krisen und herausfordernde Zeiten gehören zum Leben dazu, doch wie wir damit umgehen, macht den Unterschied.

In diesem Onlineseminar geht es darum, wie Sie in schwierigen und unsicheren Zeiten nicht nur reagieren, sondern aktiv Ihre Selbstwirksamkeit entfalten können. Sie erfahren, wie Sie Ihre eigene Gesundheit fördern und selbstverantwortlich mit Belastungen umgehen.

Durch kleine, aber effektive Schritte können Sie Ihr Leben so ausrichten, dass Sie Krisen nicht nur überstehen, sondern gestärkt daraus hervorgehen. Lernen Sie praktische Werkzeuge und Techniken kennen, mit denen Sie Ihr Wohlbefinden aktiv gestalten und Ihre Selbstverantwortung stärken können - für ein Leben, das nicht von äußeren Umständen bestimmt wird, sondern von Ihrem eigenen Handeln.

Ein Onlineseminar ist ein Seminar, das über das Internet abgehalten wird und an dem Sie live von zu Hause aus teilnehmen können. Sie können die Präsentationen verfolgen und Fragen stellen. Als Teilnehmer:in sind Sie mit Ihrem Namen sichtbar und können bei Bedarf Ihr Mikrofon und Video einschalten.

Beachten Sie die technischen Hinweise.

Bei Live-Onlineveranstaltungen wird eine Teilnahmebestätigung ausschließlich für eine einzelne Person pro genutztem Endgerät ausgestellt.

Änderungen vorbehalten.

© 2026 - lfi.at

Ländliches Fortbildungs Institut

Oberösterreich

Information

Kursdauer:	2 Einheiten
Kursbeitrag:	73,00 € Kursbeitrag ohne Förderung 25,00 € Kursbeitrag gefördert
Fachbereich:	Persönlichkeit & Kreativität
Zielgruppe:	Bäuerinnen und Bauern, Interessierte, Konsumentinnen und Konsumenten
Mitzubringen:	Benötigt: Computer/Laptop/Tablet mit Lautsprecher, Mikrofon und Kamera; stabiles Internet.

Verfügbare Termine

10.11.2026 19:00, online

Dieser Termin ist storniert und findet nicht statt.

Ort	online
Beginn	10.11.2026 19:00
Ende	10.11.2026 21:00
Örtlichkeit	Online-Seminarraum, online
Information	Kundenservice, Tel +43 (0)50 6902 1500, info@lfi-ooe.at
Kursnummer	0632/5
Trainer:in	Klaudia Lux
Termin 1	10.11.2026, 19:00 - 21:00 Uhr

09.02.2027 19:00, online

Ort	online
Beginn	09.02.2027 19:00
Ende	09.02.2027 21:00
Örtlichkeit	Online-Seminarraum, online
Information	Kundenservice, Tel +43 (0)50 6902 1500, info@lfi-ooe.at
Kursnummer	0632/6
Trainer:in	Klaudia Lux
Termin 1	09.02.2027, 19:00 - 21:00 Uhr