



EINLADUNG

GELASSENHEIT ALS LEBENSKUNST

STRESSKOMPETENZ IM ALLTAG

GELASSENHEIT ALS LEBENSKUNST

Symposium | Freitag, 26. Oktober 2018
Landratsamt Aalen | Großer Sitzungssaal

Ein von Gelassenheit geprägter, positiver Umgang mit Krisen und das Ausleben kreativer Anteile sind neue Wege zur Stressbewältigung im privaten und beruflichen Umfeld. Das Bewusstsein für diese zentralen Themenkomplexe gilt es zu stärken und in Programme betrieblicher Gesundheitsförderung bestmöglich zu integrieren.

Angesprochen sind Interessenten,
die ihr Stressverhalten im Alltag verbessern wollen
und die nach Möglichkeiten für ein entspanntes und harmonisches
Lebens- und Arbeitsumfeld suchen.



Moderation

**PROF. DR. MED.
HARALD GÜNDEL**

Ärztlicher Direktor
Klinik für Psychosomatik
Universitätsklinikum
Ulm



Referent

**PRIV. DOZ. DR. MED.
MAZDA ADLI**

Chefarzt
Fliedner Klinik
Forschungsbereichsleiter Charité
Berlin



FOTO Borchard - Angelika Löffler

Referentin

**PROF. DR. SC. HUM.
ELISABETH NICOLAI**

Hochschuldozentin
1. Vorsitzende
Helm Stierlin-Institut
Heidelberg



Foto Achim Hehn

Referent

**DR. PHIL.
CHRISTOPH QUARCH**

Hochschuldozent
freischaffender Philosoph
Autor und Publizist
Fulda

AGENDA

13.30 UHR – ANKOMMEN

14.00 UHR

Grußwort

Landrat Klaus Pavel

Begrüßung

Dr. med. Askan Hendrichke

Moderation

Prof. Dr. med. Harald Gündel

14.30 UHR

Stress and the City

Priv. Doz. Dr. med. Mazda Adli

15.15 UHR – KAFFEPAUSE

15.45 UHR

Resilienz – Die heilsame Kraft des Gelingens

Prof. Dr. sc. hum. Elisabeth Nicolai

Rettet das Spiel – Weil Leben mehr ist als Funktionieren

Dr. phil. Christoph Quarch

17.30 UHR

Abschluß – Get together

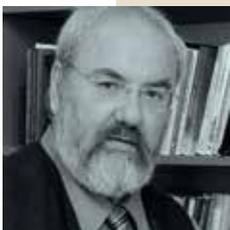
WIR FREUEN UNS AUF SIE



KLAUS PAVEL
Landrat Ostalbkreis



PAUL SPROLL
1. Vorsitzender
Freunde und Förderer
der Aalener Psychosomatik



**DR. MED.
ASKAN HENDRISCHKE**
Chefarzt
Klinik für Psychosomatik
Ostalb-Klinikum Aalen



CLAUDIA HINSEN
stv. Leiterin
VHS Aalen

WER?

Freunde und Förderer der Aalener
Psychosomatik e. V.

Klinik für Psychosomatik
Ostalb-Klinikum Aalen

Volkshochschule Aalen e. V.

Wo?

Landratsamt Aalen
Großer Sitzungssaal

WANN?

Freitag, 26. Oktober 2018
13.30 - 17.30 Uhr

KARTEN

15,00 Euro pro Person
erhältlich in VHS Geschäftsstelle Aalen,
an der Tageskasse und unter
www.vhs-aalen.de

SPONSOREN

SCHWÄBISCHE POST

 **GEIGER**
... mein Ein für Alles!

 **Kreissparkasse
Ostalb**