

Resilient durch den *Arbeitsalltag*



Kostenloses Online-Training
für Verwaltungsbeschäftigte
im öffentlichen Sektor

Neue Aufgaben, hohe Arbeitsbelastung, digitale Prozesse und Veränderungen im Arbeitsumfeld eröffnen Chancen und bringen zugleich neue Herausforderungen mit sich.



Das erwartet Sie



Teilnahme an einem **kostenlosen** **dreiwöchigen** Online-Training



Drei Module, die flexibel innerhalb jeder Woche bearbeitet werden können



Zu jeder Einheit eine **kurze Übung** für den Arbeitsalltag



Kurze Online-Fragebögen zur **wissenschaftlichen Evaluation**



Ihr Nutzen



Ihre **Resilienz** im Arbeitsalltag stärken



Persönliche Ressourcen gezielt weiterentwickeln



Neue Möglichkeiten für den Umgang mit alltäglichen Herausforderungen kennenlernen



Praktische Impulse für Ihren Arbeitsalltag mitnehmen



Begleitung und Evaluation

Das Online-Training wird gemeinsam von der **Hochschule für öffentliche Verwaltung und Finanzen Ludwigsburg (HVF)** und der **Universität Hohenheim** begleitet und wissenschaftlich evaluiert.



Haben Sie Interesse an einer Teilnahme oder Fragen zum Online-Training?
Wir freuen uns auf Ihre Nachricht: Resilienz@hs-ludwigsburg.de



Gemeinsam wachsen. Stark für Veränderungen.