

MÄRZ

24  
25

# MÄNNER STAMMTISCH

## KOMPASS 2025

MIT KARLFRIED PEIL – KEEP COOL – RESILIENT LEBEN



<b>Datum</b>	29. März 2025
<b>Uhrzeit</b>	von 18.30 Uhr bis 21.30 Uhr
<b>Ort</b>	Marburger Straße 3 35066 Frankenberg (Eder)
<b>Anmeldung</b>	Über Micha Kämpfe oder über <a href="mailto:maennerstammtisch@sfs-frankenberg.de">maennerstammtisch@sfs-frankenberg.de</a> Anmeldefrist ist der 23. März
<b>Kosten</b>	Die Teilnahme ist kostenlos, um eine angemessene Spende wird gebeten
<b>Weitere Infos</b>	mit Brezeln und alkoholfreien Bier/Radler/Wasser

Es gibt Menschen, die mit Stress, Konflikten und Misserfolg scheinbar besser zurechtkommen als andere. Sie lassen sich auch bei großen Herausforderungen und Krisen nicht aus dem Gleichgewicht bringen und bewahren stets ihre positive Grundhaltung. Die Widerstandsfähigkeit und Gelassenheit, die diese Personen auszeichnet, sind von jedem erlernbar.

### Inhalte

Erkennen der eigenen Ressourcen  
Stärkung der persönlichen Widerstandskraft  
Kräftigung des persönlichen Umgangs mit Stress und beruflichen Rückschlägen  
Werkzeuge und Strategien für den Umgang mit schwierigen Situationen



### KONTAKT

SCHRITT FÜR SCHRITT E.V.  
MICHAEL KÄMPFE  
MARBURGER STRASSE 3  
35066 FRANKENBERG (EDER)

MAIL: MAENNERSTAMMTISCH@SFS-FRANKENBERG.DE  
INTERNET: WWW.SFS-FRANKENBERG.DE

SCHRITT für  
SCHRITT  
Frankenberg e.V.