

## Erste Hilfe für die Seele für Bäuerinnen & Bauern

Die Anforderungen in der Landwirtschaft sind hoch – körperlich, wirtschaftlich und emotional. Wenn Stress, familiäre Belastungen oder psychische Erschöpfung überhandnehmen, ist es wichtig zu wissen, wie man frühzeitig gegensteuern kann.

In dieser Veranstaltung geht es darum, Warnsignale zu erkennen, sich selbst zu stärken, aber auch wie wir helfen können, wenn es Angehörigen in der Familie oder im Betrieb nicht gut geht. Anhand praktischer Beispiele aus dem bäuerlichen Alltag erfahren die Teilnehmenden, wie man mit seelischen Belastungen besser umgehen kann und wo es Hilfe gibt.

Diese Veranstaltung wird im Rahmen von Lebensqualität Bauernhof angeboten.

### Information

<b>Kursdauer:</b>	2 Einheiten
<b>Kursbeitrag:</b>	20,00 € Teilnehmerbeitrag gefördert für Landwirte 60,00 € Teilnehmerbeitrag ungefördert Bildungsförderung von Projektmaßnahmen der Ländlichen Entwicklung im Rahmen des GAP-Strategieplan Österreich 23-27 Pool
<b>Fachbereich:</b>	Gesundheit und Ernährung
<b>Zielgruppe:</b>	Landwirt:innen, Betriebsführer:innen, Familienmitglieder und alle Interessierten, die ihre seelische Gesundheit ernst nehmen.

### Verfügbare Termine