



Samstag,
20.09.2025

Ein Tag für mich

Auszeit für die Seele

**Veranstaltung im Rahmen der „Woche der Seelischen Gesundheit“ unter dem Motto:
„Lass Zuversicht wachsen – Psychisch stark in die Zukunft“**

Nehmen Sie sich einen Tag nur für sich selbst Zeit. Unsere kleine Auszeit beinhaltet ein abwechslungsreiches Workshop-Programm zum besseren Umgang mit Belastungen im Alltag. Dabei geht es um Resilienz, Meditation, Lachyoga und Entspannung mit vielen praktischen Übungen. Zusätzlich gibt es leckeres Essen, eine Entspannungslounge und eine Lesecke.

Termin: Samstag, 20.09.2025 von 09:00 - 16:30 Uhr

(ab 09:00 Uhr Ankommen und Frühstück; 10:00 Uhr Beginn des Workshops)

Ort: Fachkliniken Wangen, Am Vogelherd 14, 88239 Wangen im Allgäu

Anmeldung: bis spätestens Fr., 29.08.2025 per E-Mail an: ze-personalentwicklung@wz-kliniken.de

Für leckeres und gesundes Essen ist gesorgt. Es gibt ein Frühstück, Mittagessen sowie einen Nachmittagssnack. Teilnehmen können sowohl Mitarbeitende der Waldburg-Zeil Kliniken als auch externe Interessierte. Die Teilnahme ist kostenfrei. Die Waldburg-Zeil Kliniken unterstützen mit dieser Veranstaltung das Aktionsbündnis Seelische Gesundheit.

Ihre Ansprechpartnerinnen bei Fragen:

Birgit Ohlinger-Gallasch

Teamleitung

Personal- und Organisationsentwicklung

Telefon: +49 (0) 7562 71-1110

birgit.ohlinger-gallasch@wz-kliniken.de

Nadine Kimmich

Personalreferentin

Betriebliches Gesundheitsmanagement

Personal- und Organisationsentwicklung

Telefon: +49 (0) 7562 71-1128

nadine.kimmich@wz-kliniken.de