



# Online: Diversität, Achtsamkeit und Konfliktbewältigung

## Gemeinsam stark: Transkulturelle Kompetenz erleben

In einer Welt, in der gesellschaftliche Veränderungen dynamisch und global ablaufen, ist die Fähigkeit zur Achtsamkeit und Krisenresilienz entscheidend im Umgang mit Rassismus, interkulturellen Konflikten und Diversität. Der Kurs bietet Ihnen die Möglichkeit, Achtsamkeitsübungen zu erlernen, um Ihre eigenen Standpunkte zu reflektieren und andere Sichtweisen zu schätzen. Gemeinsam werden wir anhand von Beispielen Konfliktlösungsstrategien entwickeln, die auf Ihren persönlichen Erfahrungen basieren. Tauchen Sie tiefer in die Grundlagen von Kultur, Identität und transkultureller Kommunikation ein, um kulturelle Einflussfaktoren im eigenen Denken, Fühlen und Handeln zu verstehen. Seien Sie ein Teil des Wandels.

Mit Kursleitung **Dr. Anette Rein**

### Termin

Samstag, 9. März 2024 – Online  
09.30 – 17.00 Uhr

### Kosten

€ 35

### Anmeldung

Mit der Kurs-Nr. 0108-12D auf unserer Webseite [vhs.frankfurt.de](https://www.vhs.frankfurt.de),  
per Mail [vhs@frankfurt.de](mailto:vhs@frankfurt.de) oder Telefon 069 212-71501

### Ihre Ansprechpartnerin bei Fragen zum Angebot

Franziska Fandrich, Tel. 069-212 71072

