



# Resilienz: Stärke deine innere Power

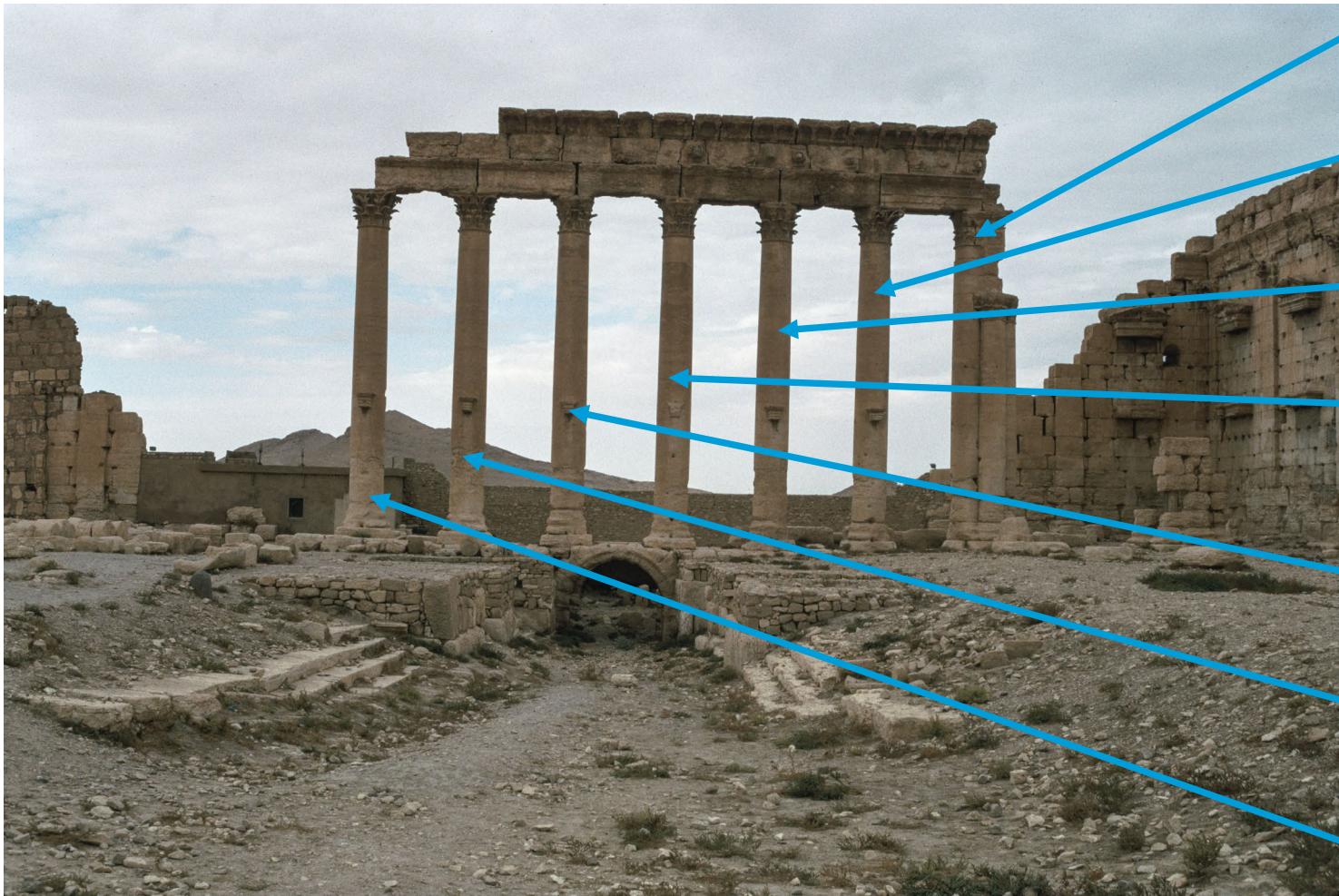
Gesundheitsaktion bei BASF in der Schweiz

umgesetzt von «Gsünder Basel»  
in Kooperation mit Synop-Sys OE



We create chemistry

# Die sieben Säulen der Resilienz



**Optimismus**  
als Haltung

**Akzeptanz**  
als Haltung

**Lösungsorientierung**  
als Haltung

**Bindung und  
Kooperationsfähigkeit**  
als Handlungskompetenz

**Selbstfürsorge**  
als Handlungskompetenz

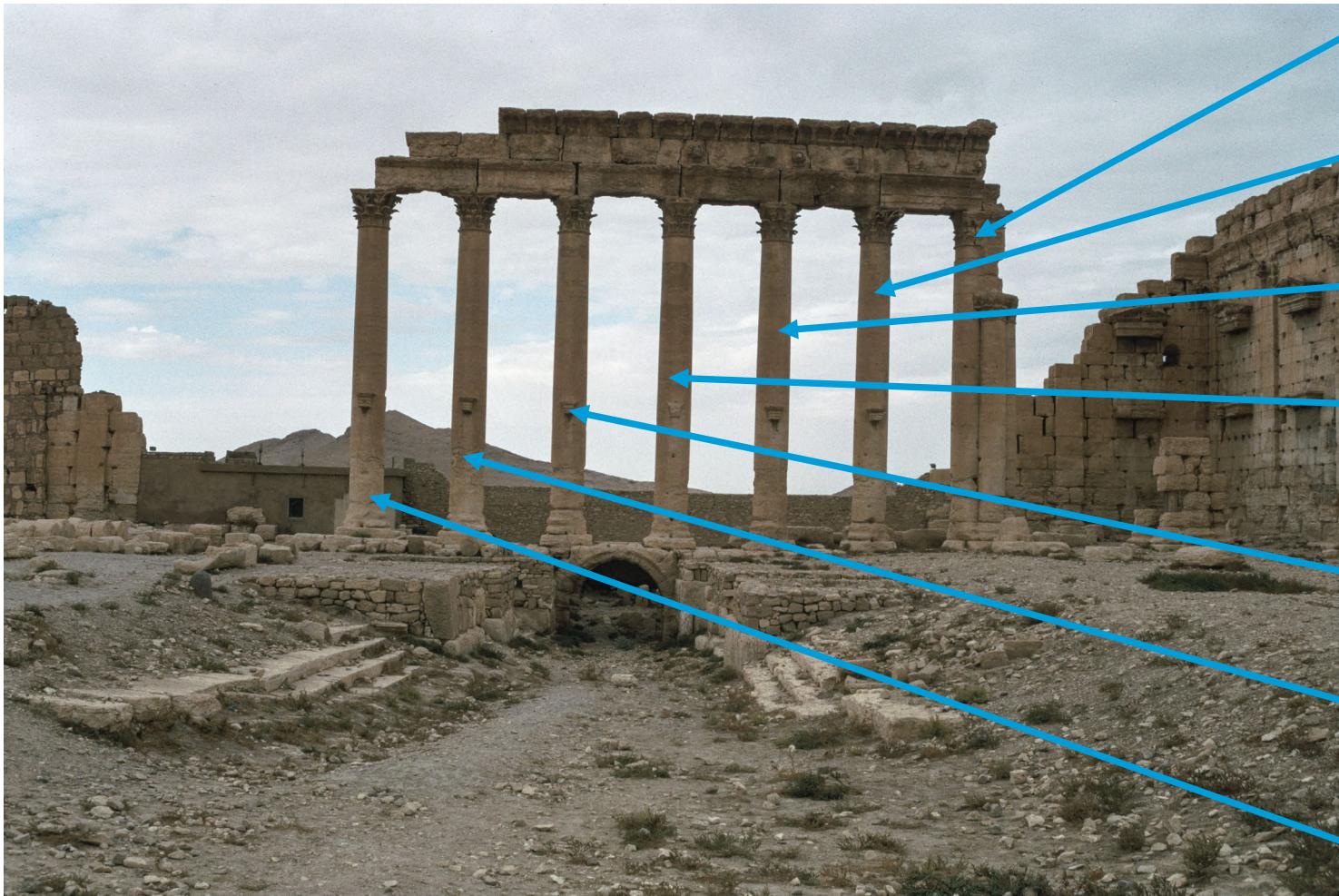
**Verantwortlich sein**  
als Handlungskompetenz

**Positivität**  
als Handlungskompetenz

Irgendetwas blüht in jedem Moment



# Die sieben Säulen der Resilienz



**Optimismus**  
als Haltung

**Akzeptanz**  
als Haltung

**Lösungsorientierung**  
als Haltung

**Bindung und  
Kooperationsfähigkeit**  
als Handlungskompetenz

**Selbstfürsorge**  
als Handlungskompetenz

**Verantwortlich sein**  
als Handlungskompetenz

**Positivität**  
als Handlungskompetenz

**Vielen Dank für Ihr Interesse**





We create chemistry

