



Vorstand:

Stefan Büchi (Präsident)  
 Martin Rejzek (Aktuar, Kommunikation)  
 Dr. Martin Wolfer (Kasse)  
 Eliane Suter (Veranstaltungen)  
 Romy Grossmann (Veranstaltungen)

[mail@risikosicherheit.ch](mailto:mail@risikosicherheit.ch)  
[www.risikosicherheit.ch](http://www.risikosicherheit.ch)

Zürich, 05.06.2023

## Einladung zum Sommeranlass am Mittwoch, 5. Juli 2023

Online Veranstaltung per Zoom-Videokonferenz

### Psychische Resilienz

Liebe Mitglieder des Vereins Risiko & Sicherheit

Folgende **drei Input-Referate** stehen auf dem Programm mit anschliessender Diskussion:

- **PD Dr. phil. Myriam V. Thoma**, eidg. anerkannte Psychotherapeutin, Oberassistentin, Arbeitsgruppenleiterin, Universität Zürich, Fachrichtung Psychopathologie & Klinische Intervention.  
*Die **gelungene Anpassung an schwierige Lebenserfahrungen**, insbesondere durch psychische, emotionale und verhaltensbezogene Anpassungsleistungen wird als Resilienz bezeichnet. Im Vortrag werden, auf der Basis von aktuellen Forschungsergebnissen, **Methoden zur Stärkung der psychischen Resilienz** vorgestellt.*
- **Dr. Mathias Vukelic**, Leiter Team Applied Neurocognitive Systems, Fraunhofer-Institut für Arbeitswirtschaft und Organisation IAO.  
**Happy brain, happy life?! - Neue Wege für einen gesunden Alltag und eine nachhaltige Arbeit.** Im Vortrag werden **neue Ansätze der Neurowissenschaft, Psychologie, Data Science und des maschinellen Lernens** vorgestellt und diskutiert, wie mentale Gesundheit und Wohlbefinden in unserem Alltag aber auch in Unternehmen durch Technologien nachhaltiger platziert werden können.
- **Dr. med. Bernadette Ruhwinkel**, FMH Psychiatrie und Psychotherapie, MAS Supervision und Coaching in Organisationen ZFH, Dozentin in der Aus- und Weiterbildung von Psychotherapeuten und Coaches unter anderem am Institut für Ökologisch-systemische Therapie (IÖST), an der medizinischen Fakultät der Uni Zürich und an der ZHAW.  
**Resilienz-Atelier: Sie sparen Geld für schlechte Zeiten, versichern sich gegen Unfall und Krankheiten, halten den Körper fit. Aber was tun Sie für Ihre psychische Widerstandskraft und Ihren gesunden Umgang mit Stress?**

Wir laden Sie herzlich zu diesem spannenden Sommeranlass ein und freuen uns auf eine zahlreiche Teilnahme.

**Datum:** Mittwoch, 5. Juli 2023, **17:00** bis ca. 19:15 Uhr

**Form:** Per Zoom-Videokonferenz

**Anmeldung:** Bitte bis zum 1. Juli 2023, per Mail an: [mail@risikosicherheit.ch](mailto:mail@risikosicherheit.ch)

Verein Risiko & Sicherheit,  
 der Vorstand