
12011 Praxistag - Stress gehört zum Leben - gelassen und sicher im Stress

Zielgruppe	Teilnehmer des Kurses "Stress gehört zum Leben - gelassen und sicher im Stress" (S 12005)
Ihr Nutzen	Sie reflektieren gemeinsam die bisherigen Strategien zur Stressbewältigung und tauschen Ihre Erfahrungen aus.
Inhalt	<ul style="list-style-type: none">- Was habe ich von meinen Vorhaben umgesetzt? Passt das? Ist es hilfreich? Was fällt mir noch schwer?- vertiefende Übungen zum instrumentellen, mentalen und regenerativen Stressmanagement- Weiterentwicklung meiner ganz persönlichen Stresskompetenz
Abschluss	Teilnahmebestätigung

Termin	Beginn: 11.11.2021 Ende: 11.11.2021
Dauer	1 Tag(e) (8 Unterrichtsstunden)
Ort	Weimar
Dozent	Peggy Klatt
Gebühr	127,20 € für Mitglieder 151,20 € für Nichtmitglieder Sofern das Gebührenaufkommen eines Seminars die tatsächlich mit der Durchführung verbundenen Kosten nicht deckt, können kostendeckende Gebühren im Einzelfall festgesetzt werden.
Anmeldeschluss	bis 14 Tage vor Lehrgangsbeginn
Organisation	Dagmar Sambale 03643 207-136