

NEU 12022 Den Wahnsinn gesund ausblenden

Zielgruppe	Beschäftigte der öffentlichen Verwaltung
Ihr Nutzen	Gefühlt leben wir in einer Welt, die immer verrückter zu werden scheint. Hier gibt es Strategien, die uns helfen, psychisch und körperlich gesund zu bleiben.
Inhalt	1. Von Schein und Sein - Von wirklichen und gemachten Krisen - Strategien, um uns in den gefühlten Wahnsinn zu treiben 2. Elektronik und Medien gegen die Natur - Was Medien, Handy und Co mit unseren Hirnen anstellen - Wie die schöne neue Welt unsere Neurone beeinflusst 3. Ganz leichte Strategien dagegen - Was wir selbst jeden Tag einfach tun können - Wie wir Angst, Unsicherheit und Panik pro-aktiv begegnen - Wie uns Motivations-Psychologen helfen
Abschluss	Teilnahmebestätigung

Termin	24.06.2026, 9:00 - 16:00 Uhr
Dauer	1 Tag(e) (8 Unterrichtsstunden)
Ort	Weimar
Dozent	Dr. Jens Kegel
Gebühr	400,00 € für Mitglieder 480,00 € 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	Viktoria Seidl 03643 207-124