LQB - Stress, nein danke. Nicht mit mir!

Wenn nichts mehr geht, dann muss man etwas tun. Stress ist in der heutigen Zeit ein ständiger Begleiter. Er begegnet uns in verschiedenen Situationen und variiert in seiner Intensität. Es gibt gesunden aber auch krankmachenden Stress.

Inhalt dieses Webinars ist es:

• zu erkennen was Stress ist,

• wann er auftritt,

• was er bewirkt und

• wie man dagegenwirken kann.

Information

Kursdauer:	2 Einheiten
Fachbereich:	Persönlichkeit & Kreativität
Zielgruppe:	Bäuerinnen und Bauern, die am Hof leben

Verfügbare Termine

01.01.2027 00:00,

Beginn	01.01.2027 00:00
Ende	02.01.2027 00:00
Örtlichkeit	wird noch bekanntgegeben,
Information	LebensWirtschaft
Kursnummer	2-0023878
Trainer:in	Mag Christina Wernig
Veranstalter	LK Kärnten Referat 2 Bildung, Beratung und Lebenswirtschaft

© 2024 - lfi.at