
Die Techelsberger Bäuerinnen laden ein zum Landfrauen-Frühstück

Programm:

- Gemeinsames Frühstück
- Impulsvortrag "**Stress, nein danke. Nicht mit mir!**" 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 Vortrages ist es, zu erkennen was Stress ist, wann er auftritt, was er bewirkt und wie man dagegenwirken kann.

Information

Kursdauer: 4 Einheiten

Kursbeitrag: 15,00 € Teilnehmerbeitrag ungefördert

Fachbereich: Persönlichkeit & Kreativität

Zielgruppe: Bäuerinnen, Jungbäuerinnen,
Quereinsteigerinnen, Landfrauen

Verfügbare Termine