



STRATEGIEN ZUR STRESSBEWÄLTIGUNG

Mittwoch, 29. Mai 2024 | von 09.00 Uhr bis 16.00 Uhr
im Bildungszentrum der Arbeitskammer in Kirkel

Referentin: Dagmar Schubert-Strube, Verhaltens- und Entspannungstrainerin

- Erkennen von Stress bei sich und bei anderen
- Wissen um Bewältigungsmöglichkeiten
- Umsetzen des Wissens durch Training und praktische Übungen

Die Teilnahme ist kostenlos.

Mittagessen auf Wunsch 15 € pauschal (für GEW-Mitglieder kostenlos).

Anmeldung nur online unter www.lpm-saarland.de
LPM-Nr. K4.861-3234

www.lpm-saarland.de

