Stressbewältigung und Stressprävention in der Selbständigkeit

Termin:
Freitag 11.11.2016 von 9:30 - 16.30 Uhr

Ort:
IFD Selbständigkeit - enterability
social impact gGmbH
Glogauer Strasse 21
Hofeinfahrt, 1. Hof rechts, 2. OG, Fahrstuhl (barrierefrei)
10999 Berlin
U-Bhf.: Hermannplatz mit Busanbindung

Die Inhalte des Seminars umfassen folgende Themen:
. Ursachen und Auswirkungen mentaler und psychischer Belastungen kennen und einschätzen lernen
. Das eigene Stressverhalten und eigene Grenzen erkennen und frühzeitig entgegenwirken
. Stress-Situationen bewältigen und vorbeugen.

Unser **Dozent** ist Carsten Burfeind, selbst Gründer bei enterability und erfahrener Berater, Mediator und Trainer zum Thema Gesundheit und Arbeit: www.burf.de

Die Teilnahme an diesem Seminar ist nur für Kunden des IFD Selbständigkeit – enterability und für diese kostenlos.

→Bitte melden Sie sich bis spätestens Freitag 04.11.2016 an unter pohlmann@socialimpact.eu.

Kontakt:
Integrationsfachdienst Selbständigkeit
Projekt enterability
Social impact gGmbH
Tel. 030 611 34 29