Handwerkskammer des Saarlandes

Mental Health

Seien Sie ein guter „Seelengärtner“!
So wie Wind und Wetter unseren heimischen Garten in Mitleidenschaft ziehen, sodass er unserer besonderen Pflege bedarf, so können Berufsleben und Alltag den eigenen „Seelengarten“ beeinflussen und krankmachen.
In diesem Tagesseminar stellen wir uns u. a. die Frage, pflegen wir unsere Seele genauso, wie wir täglich unseren Körper pflegen? Wir betrachten dazu neurophysiologische Einflüsse und Sie lernen, wie Sie diese Mechanismen positiv für sich nutzen können.

Gebühren

- Die Unterrichtsgebühr richtet sich nach dem jeweilig aktuellen Gebührenverzeichnis
  - Unterrichtsgebühr: zurzeit 350,00 €

Termine

Ein Samstag von 09:00 bis 16:00 Uhr

Kursinhalte

- Mental Health Techniken: das Immunsystem der Seele stärken
- Was kann ich selbst tun, um proaktiv Stress und Energieräubern zu begegnen?
- Soforthilfemaßnahmen für frische Energie und gute Laune
- Grundlagen: neurophysiologische Einflüsse auf unser Wohlbefinden

Anmeldung & Beratung

Unser Tipp

Gut zu wissen: Durch die Inanspruchnahme des Förderprogramms – Kompetenz durch Weiterbildung (KdW) – kann die Kursgebühr vieler Weiterbildungen um 40 Prozent reduziert werden. Die Prüfung der Förderfähigkeit der jeweiligen Weiterbildung übernimmt das Beraterteam der KdW. Dieses leistet Ihnen außerdem umfangreiche Hilfestellung bei der Registrierung und Antragsstellung. Lassen Sie sich kostenlos beraten unter: kdw@fitt.de oder Tel.: 0681 5867-99114. Weitere Infos zum Förderprogramm erhalten Sie hier: https://fitt.de/kdw

DAS HANDWERK
DIE WIRTSCHAFTSMACHT. VON NEBENAN.