



LebensLangLernen
www.mentaltrainer.institute
www.berufsbildungsinstitut.com

Michael G. Leitner
LebensLangLernen – Bildung im Beruf
Neupauerweg 85 | A-8052 Graz
Mobil: +43 (0)650 39 38 044
Telefon: +43 (0)316 23 20 82
Fax: +43 (0)316 23 20 82
Mail: office@berufsbildungsinstitut.com

TRAINERVEREINBARUNG

Titel der Veranstaltung: Widerstandsfähig und stark durchs Leben

Referent: Michael G. Leitner

Homepage: <http://www.berufsbildungsinstitut.com/LebensLangLernen/>
<http://www.mentaltrainer.institute/>

Ziel:

Verbesserter Umgang mit Belastungssituationen; entwickeln von Bewältigungsstrategien; widerstandsfähig und kraftvoll intensive Anforderungen meistern

Inhalte:

Das Hamsterrad verlassen; eigene Ressourcen erkennen; Belastung – Stress – Entspannung; innere Stärke; Säulen-Modell zur Widerstandsfähigkeit; authentisch leben; Widerstandsfähigkeit in der Familie weitergeben

Nutzen für den Mitarbeiter, der die Veranstaltung besucht:

Erhöhtes und optimiertes Verständnis, sowie neue Fakten zum Thema Belastung und Stresssituationen. Darüber hinaus können die TeilnehmerInnen bereits während und nach dem Vortrag durch neue Informationen und Erkenntnisse, eigene Strategien entwickeln.

Datum: nach Vereinbarung

Zeit/Dauer: 20 Minuten bis zu 90 Minuten

Ort: nach Vereinbarung

Kosten: pauschal inkl. Reisespesen

Teilnehmerzahl: Minimum: 10 Maximum: unbegrenzt

Veranstaltungsart: Vortrag Seminar Einzelberatung
Sport Workshop

Zielgruppe: alle MitarbeiterInnen

Informationen:

- 📄 Die Planung und Gestaltung der Veranstaltung kann auf das Unternehmensleitbild sowie gesundheitspolitische Leitlinien des Unternehmens abgestimmt werden.
- 📄 Mit Anmeldung/Buchung und Vertragsabschluss gelten die AGB als gelesen und akzeptiert.