

Handel, Verwaltung, Grafik & Medien

BERUFLICHE WEITERBILDUNG



Berufsbildung

BESSERWISSE
WISSEN'S BESSER
VORSPRUNG DURCH KÖNNEN

Frei von Stress

Ziel: Sie wissen, wie Sie Stressauslöser erkennen und mit Stress insgesamt besser umgehen können.

Programm: Was ist Stress? Wie erkenne ich die wichtigsten Stressquellen? Praktische Übungen und Techniken zur Stressreduzierung

Referent	Christian Mair
Ort	Bruneck
Datum	14.01.2023
Dauer	8 Stunden, 08.30-17.30 Uhr
Gebühr	60,00 Euro
Anmeldung	Berufsbildungszentrum Bruneck

AUTONOME PROVINZ BOZEN - SÜDTIROL

Deutsche Bildungsdirektion
Landesdirektion deutschsprachige Berufsbildung



PROVINCIA AUTONOMA DI BOLZANO - ALTO ADIGE

Direzione Istruzione e Formazione tedesca
Direzione provinciale Formazione professionale in lingua tedesca

