



Inhouse-Seminare



**Gesundheit &
Stressmanagement**



Für mehr Infos
QR-Code scannen!





Gesundheit & Stressmanagement

- **Burnout-Prävention**
Mehr Gelassenheit und Balance im Job
- **Gesundheitstag 50 +**
Kollegiales Coaching und Selbstcoaching für Standortbestimmung, Ziel und Plan
- **Mehr Resilienz – weniger Burnout**
Wie Sie resilienter werden und dem Burnout vorbeugen
- **Motivation in stressigen Zeiten**
Selbstcoaching, Emotionale Kompetenz, Ausgewogene Energie
- **Mit guter Laune und voller Energie durch den Tag!**
Positive Selbstmotivation
- **Stressbewältigung „Fit@work“**
Mehr Gelassenheit, Freiräume und Vitalität
- **Zeit- und Selbstmanagement**
Mit dem Stress besser umgehen können
- **Fairness am Arbeitsplatz**
Umgang mit (dauerhaften) und eskalierten Konflikten



Weitere Seminare und Informationen finden Sie auf unserer Homepage: <https://frauenkolleg.de/training/inhouse-seminare/>

Haben Sie Fragen?

Rufen Sie uns gerne an oder senden eine E-Mail.

FrauenKolleg GmbH

Berufliche und persönliche Weiterbildung

Kleine Falterstr. 26 - 70597 Stuttgart

Telefon: 0711 / 778 70 44

info@frauenkolleg.de

www.frauenkolleg.de