



AWbG Bildungsurlaub: Entspannt und vital durch den Alltag

Montag, 10.10.2022 – Freitag, 14.10.2022

Wir leben in einer schnelllebigen und auch spannenden Zeit - Fortschritt und rasante Veränderungen mit einem hohen Erwartungs- und Anforderungspotential bleiben aber oftmals nicht ohne Auswirkungen auf das Berufsleben, auf Partnerschaft und Familie, und wirken sich nicht selten sogar auch auf die Freizeitgestaltung aus. Nicht immer sind die Auswirkungen erstrebenswerte Folgeerscheinungen, die zu Alltagsbegleitern werden (z.B. Nervosität, Einschlaf- und Durchschlafstörungen,...). Stressmanagement, Entspannungstechniken und ein Bewegungsrepertoire können darauf eine angemessene Antwort sein!
(Eine nach dem - AWbG - Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz anerkannte Maßnahme)!

Kurs : W2132-515
Gebühr: 710,00 Euro im Einzelzimmer
Datum: 10.10.2022 – 14.10.2022
Ort: Norderney; Jann-Berghaus-Str. 40;
Haus Klipper
Leitung: Rudolf Wilkens

Anmeldung: FBS Coesfeld
Marienring 27,
48653 Coesfeld, 02541 94920
fbs-coesfeld@bistum-muenster.de

www.fbs-coesfeld.de
www.facebook.com/bildungsforumcoesfeld