

Bildungsurlaub: Stressprävention. Resiliente Achtsamkeits-Entwicklung für den Berufsalltag.

Info:

Ihre Leistungsfähigkeit im Beruf zu sichern, ist eine gute Investition in Ihre Zukunft. Damit Sie geistig und körperlich fit bleiben, hilft Ihnen das Bewusstsein dafür, worauf es wirklich ankommt. Denn Stress, Zeitdruck und komplexe Aufgaben kosten Sie viel Kraft. Um uns vor stressbedingten Krankheiten wirksam zu schützen, nutzen wir das Potential der Achtsamkeit und der Resilienz, um Körper und Geist widerstandsfähiger zu machen.

Damit stärken Sie Ihr Immunsystem, das Ihren Körper und Ihre Psyche vor Krankheiten schützt. Sie werden erleben, wie gut es sich anfühlt, sich selbst helfen können: Ihrer Seele und Ihrem Organismus die notwendige Entspannung zu gönnen.

Termin:

- FG24614 07.04. - 12.04.2024
- FG24619 16.06. - 21.06.2024

Unterrichtseinheiten: 40 UE

TeilnehmerInnenanzahl: 10 - 16

Gebühren:

TN-Beitrag: 699,00 €
EZ-Zuschlag: 33,00 €
DZ zur EN: 90,00 €



Leistungen:

5 Übernachtungen mit Halbpension im 1/2 Doppelzimmer mit DU/WC; Studienleitung, Programmdurchführung.

Nicht enthalten: An- und Abreise.

Dozent/in: Frau Ilse Eichler,

Frau Eichler ist seit vielen Jahren als Personenzentrierte Beraterin und Focusing-Begleiterin tätig. Ihr persönliches Anliegen ist es, Menschen auf ihrem Weg zu mehr Zufriedenheit und einem gesunden Leben zu begleiten.

Anerkennungen:

Für die meisten Bundesländer liegt eine Anerkennung vor. Eine aktuelle Auflistung finden Sie auf unserer Homepage. Weitere Anerkennungen werden auf Anfrage beantragt.

Unterkunft:

Tagungs- und Gästehaus der Barmherzigen Brüder Trier
Nordallee 1
54292 Trier
Homepage: www.bb-gaestehaus.de
E-Mail: info@bb-gaestehaus.de



Verlängerungsnächte:

Auf Anfrage und Verfügbarkeit möglich. Bitte beim Forum Gesundheit anfragen.

Verpflegung:

Der Bildungsurlaub beinhaltet eine Vollpension Verpflegung.

Anreise:

Das Tagungs- und Gästehaus befindet sich im Herzen Triers und steht auf dem gleichen Gelände wie das Krankenhaus der Barmherzigen Brüder Trier. Als Gast können Sie Ihr Auto zum Preis von 7,00 € pro Tag im Parkhaus abstellen. (*Preis ohne Gewähr*)

Das Gästehaus befindet sich ca. 15 Gehminuten vom Hauptbahnhof in Trier entfernt.

Materialien:

Bitte bringen Sie für den Bildungsurlaub eine Yoga- oder Isomatte, eine Decke und bequeme Kleidung mit.

Endinformationen:

Hinweise zu Wegbeschreibungen, zeitliche Programmänderungen, Hotelinformationen erhalten Sie ca. 4 Wochen vor Beginn der Veranstaltung.

Empfehlung:

Wir empfehlen immer den Abschluss einer Reise-Rücktrittsversicherung bei einer Ihnen bekannten Versicherung. Eine Reise-Rücktrittsversicherung kann über das Forum Gesundheit nicht gebucht werden.