

Online-Vorträge

Mentale Gesundheitswochen



GRATIS
WEBINARE

Beginn: jeweils 18.30 Uhr

Donnerstag, 07.10.2021

Mental fit – statt leer und ausgebrannt: Mit Übungen und Tipps (wieder) in einen gesunden Alltag finden; Mag. Iris Lackner, Klinische- und Gesundheitspsychologin, Arbeitspsychologin

HIGHLIGHT

Montag, 11.10.2021

Mentale Stärke gegen digitale Demenz;

Prof. Dr. med. Dr. phil. Manfred Spitzer, Top-Experte und Deutschlands bekanntester Gehirnforscher, Universitätsklinikum Ulm

Freitag, 15.10.2021

Grenzen setzen – Warum hört mein Kind nicht?;

Mag. Daniela Senkl, MSc, Personal Coach

Donnerstag, 21.10.2021

Kinder fürs Leben stärken - Resilienz im Familienalltag fördern;

Dr. Astrid Laimighofer, Systemisches Coaching, Training und Beratung

Donnerstag, 28.10.2021

Belastende Alltagssituationen gelassen und sicher bewältigen;

Mag. Dr. Emanuel Maxl, Arbeits- und Organisationspsychologe



Die Teilnahme ist kostenlos! Infos & Anmeldung unter www.gesundheitskasse.at/gesundbleiben.

Weil es um meine Gesundheit geht:
www.gesundheitskasse.at