



Veranstaltungstermin:

Fr, 23.11.2018, 08.30 - Sa, 24.11.2018,
17.00 Uhr
16 UE
(UE = Unterrichtseinheit, 1 UE = 50 Min.)

Veranstaltungsort:

6341 Ebbs, Oberndorf 89
Sattlerwirt

Zielgruppe:

Interessierten Bäuerinnen, Bauern und
Personen am Hof, die für mehr
Lebensqualität Freiraum schaffen möchten

Anmeldung:

bei: LQB Tirol und LFI Kundenservice
Tel. 059292-1150 und -1111
bis spätestens 12.11.2018

Teilnahmebeitrag:

€ 65,00 (gefördert, ohne Förderung €
320,00), plus EUR 80,00 für Übernachtung
und Verpflegung

Mitzubringen:

Max. TeilnehmerInnenzahl:

15 (mindestens 12)

TrainerInnen:

Barbara Kathrein,
Angelika Wagner

Veranstaltungsnummer:

2010318002

Veranstalter:

LFI Tirol | Lebensqualität Bauernhof
Brixner Straße 1 | 6020 Innsbruck
tirol.lfi.at | ZVR-Zahl: 590200170

In Kooperation mit:

LFI Tirol

LQB - Gerade im Stress: eine kurze Auszeit!

Warum es eine gute Idee ist, rauszukommen - Es gibt Tage und Wochen, da wird einem alles zu viel. Die schiere Menge an Aufgaben, Terminen und Unerledigtem droht einen zu überfordern. Innehalten - runterkommen und neu orientieren, so kann Mut und Energie entstehen, dem Alltag zu begegnen. Wir bieten Ihnen eine zweitägige Auszeit, um bei sich selbst zu sein und entwickeln Strategien, mit den täglichen Belastungen umzugehen. Sie werden Zeit haben durchzuatmen, hinzuschauen was ist, sich bewusst zu werden, was davon beibehalten und was losgelassen werden soll. Sie werden einfaches Handwerkszeug einüben, um zu einem gelasseneren Arbeitsalltag zu kommen. Raus aus dem Hamsterrad - ran ans Steuerrad des eigenen TUNS. - Das Bildungsangebot wird durch die Möglichkeit eines Einzelcoachings ergänzt.

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!

Verena Stöger BSc,
Lebensqualität Bauernhof

MSc Angelika Wagner,
Lebensqualität Bauernhof

Bitte die allgemeinen Geschäftsbedingungen des LFI Tirol unter tirol.lfi.at beachten.