

Online Impulsvorträge 2. Halbjahr 2022

KEEP BALANCE

Multitasking im Alltag.

Umgang mit Mehrfachbelastungen durch Job – Familie – Freizeit
Mi, 21.09.22 19.00-20.00h, online via ZOOM

Soll ich? Soll ich nicht?

Vom Umgang mit Ambivalenzen
Do, 20.10.22 19.00-20.00h, online via ZOOM

Sand im Getriebe...!?

Das eigene Älterwerden in der Berufswelt: Stress – Konzentration – Ermüdung
Do, 24.11.22 19.00-20.00h, online via ZOOM

Ich bin's mir wert, ich sage Nein.

Vom konstruktiven Umgang mit Grenzen.
Mi, 14.12.22 19.00-20.00h, online via ZOOM

ANMELDUNG

Die Impulsvorträge werden von Mag. Martina Genser-Medlitsch im Rahmen des Programmes KEEP BALANCE, exklusiv und kostenfrei für Hilfswerk Steiermark Mitarbeiter:innen abgehalten. Am Ende des fachlichen Inputs besteht die Möglichkeit, online Fragen zu stellen. Bitte melden Sie sich zur Teilnahme direkt beim Kooperationspartner KEEP BALANCE per E-Mail unter anmeldung@hilfswerk.at an. Sie erhalten dann eine Anmeldebestätigung sowie den Zugangslink für den jeweiligen Vortrag und Informationen zur Teilnahme über Zoom. Sie müssen weder Ton noch Video während dem Vortrag aktivieren.

ZUR PERSON



Mag. Martina Genser-Medlitsch

Leitung KEEP BALANCE
Klinische Psychologin und Gesundheitspsychologin