

Stressmanagement und Burnout-Prävention

Lehrgangsnummer: 253k302550

Termin: 19.9.2025 - 09.01.2026

Tag	Datum	Uhrzeit	UE	Setting	Modul	Modul	Trainerin
Fr	19.09.2025	08.30-17.15	10	Präsenz	1	Grundlagen Stress/Burnout	A. Kail
Sa	20.09.2025	08.30-17.15	10	Präsenz		Medizinische Aspekte	M. Sommersgutter
Fr	17.10.2025	08.30-17.15	20	Präsenz	2	Mentale Stresskompetenz	A. Kail
Sa	18.10.2025	08.30-17.15		Präsenz			
Fr	14.11.2025	08.30-17.15	20	Präsenz	3	Regenerative Stresskompetenz	A. Kail
Sa	15.11.2025	08.30-17.15		Präsenz			
Fr	05.12.2025	08.30-17.15	20	Präsenz	4	Instrumentelle Stresskompetenz	A. Kail
Sa	06.12.2025	08.30-17.15		Präsenz			
Fr	09.01.2026	8.30 - 14:00	6	Präsenz	5	Abschluss	A. Kail

Ort: BFI Salzburg, Schillerstraße 30

Investition: 2.400,00 EUR

Kostenloser Info-Abend: Di, 02.09.2025, 18.00 Uhr, BFI Salzburg.

Der Info-Abend findet ausschließlich via Zoom-Live-Stream statt. Anmeldung erforderlich.