

Donnerstag, 20. Juli 2006

Anti-burnout

change 2 bietet zwei neue Produkte zur Förderung der Selbstkultur:

Den Lehrgang SelbstMANAGEMENTimpulse zur Förderung von Selbstmanagement und Stressbewältigung.

Dieser Lehrgang wendet sich an Personen die über den Zeitraum eines Jahres - Herbst 2006 bis Sommer 2007 in 4 Seminarschritten a 2 Tage der Arbeit an sich Zeit und Raum geben wollen.

Start ist 20./31.10.2006

Anmeldung oder Informationen bei Norbert Krennmair krennmair@change2.at

Weitere Informationen unter www.change2.at

EINKEHR im AUSSEERLAND wendet sich an Manger mit Einsicht die erkannt haben das burn-out bei sich selbst und im Rahmender der Führungsverantwortung ein Thema ist.

4 Tage Auszeit in der Natur ermöglicht etwas für sich Selbst zu tun und ein neues `brennendes` Thema zu erfassen.

Zum Schnuppern : www.burnout-coaching.net

Anmeldung und Information bei Norbert Krennmair: krennmair@change2.at mobil: 0699/1555 2555

Weitere Informationen unter www.change2.at

Geschrieben von Mag. Norbert Krennmair in Gesundheitsinnovation um 09:59

Samstag, 2. Juli 2005

Säulen der Gesundheit

Schon Hippokrates beschwor die Säulen der Gesundheit - BEWEGUNG, ERNÄHRUNG, ENTSPANNUNG, BEWUßTHEIT und UMWELTVERANTWORTUNG. Von jeder dieser Säulen aus kann man seine Lebensqualität steigern, und alle zusammen ergeben den wunderbaren Effekt ansteckender Gesundheit.

Die Säulen der Gesundheit, Körperintelligenz durch Bewegung, Ernährung und Entspannung von Ruediger Dahlke, Baldur Preiml und Franz Mühlbauer Die Säulen der Gesundheit(Book)Rüdiger Dahlke, Baldur Preiml, Franz MühlbauerReleased: November 2001

Geschrieben von Mag. Norbert Krennmair in Gesundheitsinnovation um 15:11

Montag, 27. Juni 2005

Gesundheit

Gesundheit bedeutet sich an die Gesundheit zu erinnern.

Haben Sie pro Tag 20 min Zeit sich zu erinnern ??

Wir sorgen uns um alles mögliche nur nicht um das Heil unserer Seele. Aber solange ich lebe ist es nicht zu spät sich daran zu beteiligen.

Geschrieben von Mag. Norbert Krennmair in Gesundheitsinnovation um 22:08