

# 18553 Online-Impuls: Stress reduzieren - aber wie?

## 3 Hauptwege zur individuellen Work-Life-Balance

### **Warum Sie diesen Online-Impuls besuchen sollten:**

Bringen Sie Effizienz in Ihren Home-Office Alltag und laden Sie Ihre Batterien auch in der Freizeit wieder auf! Lernen Sie Ihre eigenen Stressverstärker kennen und Stressoren zu reduzieren - so gelingt es Ihnen, sich richtig zu erholen & Ihre Work-Life-Balance ins Gleichgewicht zu bringen!

### **Die Trainerin:**

Dr. Silke Mader

### **Die Zielgruppe:**

Unternehmer & Geschäftsführer

Mehr als 71.000 Kunden in über 4.500 Seminaren seit Gründung 2003 geben dem Konzept recht.

**WIFI-UNTERNEHMER-AKADEMIE: Lösungs- und unternehmerorientierte Seminare, Workshops und Lehrgänge**

---

Kursbuchung und weitere Details unter **18553** im WIFI-Kundenportal:  
[www.wifi.at/ooe](http://www.wifi.at/ooe)

UNTERNEHMER  
AKADEMIE

