

Achtsamkeit in Beruf und Alltag

Wer sich in Achtsamkeit und Meditation übt, tut nicht nur sich selbst, sondern auch seinem Umfeld am Arbeitsplatz und in der Gesellschaft Gutes. Edit Hackl, Expertin für Stressreduktion, erklärt, warum mit wachsender innerer Gelassenheit, Selbstvertrauen, Kreativität und Teamgeist Krankenstände kontinuierlich abnehmen.



Di. 3. März, 19 Uhr

in der AK Lienz

Beda-Weber-Gasse 22

Auf Ihr Kommen freut sich

A handwritten signature in black ink, which appears to read "Erwin Zangerl".

AK Präsident Erwin Zangerl



BEZIRKSKAMMER
OSTTIROL / LIENZ

Anmeldung unter 0800/22 55 22 - 3535 oder lienz@ak-tirol.com