



# WEBINAR:

TOOLBOX - WERKZEUGE &  
METHODEN IM UMGANG MIT STRESS

# TOOLBOX – WERKZEUGE & METHODEN IM UMGANG MIT STRESS

## ÜBERBLICK UND NUTZEN

Wie gehen Sie mit Stress, Druck und Negativität um? Die Unterscheidung zwischen Belastung und Beanspruchung ist ein wesentlicher Aspekt für Ihre Reflexion. Im Webinar erlernen Sie Werkzeuge und Methoden im Umgang mit Stress, welche Sie unmittelbar nutzen können. Unser Webinar bietet Ihnen alle Möglichkeiten interaktiv mitzumachen und Ihre Fragen live und direkt zu stellen. Lassen Sie sich begeistern und freuen Sie sich auf ein spannendes und interaktives Webinar.

### THEMEN

- Belastung versus Beanspruchung
- Werkzeuge und Methoden im Umgang mit Stress
- Fragerunde / Umfragen / Interaktion

### ARBEITSWEISE

- Interaktiver Vortrag

## DETAILS

### WEBINARTERMIN

Datum: 3. Juni 2020  
Uhrzeit: 14 Uhr  
Dauer: 60 Minuten

### INVESTITION

Gratis

### BILDUNGSSTUNDEN

1 BS (allgemein)

### ANMELDUNG

[vetak.at/webinar-toolboxstress-ss2020](http://vetak.at/webinar-toolboxstress-ss2020)

### ANSPRECHPARTNERIN/SEMINARMANAGEMENT

Christina Ivanek  
[Christina.Ivanek@tieraerzteverlag.at](mailto:Christina.Ivanek@tieraerzteverlag.at)  
T: +43 1 512 30 78- 43

## REFERENTIN

**DIPL.-KFFR. (FH) CLAUDIA HAAS**  
INHABERIN EBS MANAGEMENT E.U.  
[www.claudia-haas.at](http://www.claudia-haas.at)

Ein bewusster Lebensstil ist seit nunmehr 12 Jahren fixer Bestandteil ihres Lebens und das gibt Frau Haas mit viel Freude und Engagement ihren Kundinnen und Kunden weiter. Ihre Gesundheitsimpulse sind mitreißend, verständlich und überzeugend. Sie werden Ihr Ernährungs-, Bewegungs- und Stressverhalten verändern und mit mehr Energie, Leistungsfähigkeit und Ausgeglichenheit belohnt. Lassen Sie sich begeistern und freuen Sie sich auf ein spannendes und interaktives Webinar.



### VETAKADEMIE

Österreichischer Tierärzteverlag Ges.m.b.H., Hietzinger Kai 87, 1130 Wien, Tel. 01/512 30 78  
FN 457146z, UID-Nr. ATU71358309