

EINLADUNG ZUM ONLINE-VORTRAG

Mental Load: Die unsichtbare Last im Alltag



Inhalte

Unser Alltag ist zunehmend hektisch und stressig. Ständige Erreich- und Verfügbarkeit machen uns allen zu schaffen. Der Druck, alles im Griff haben zu müssen, wächst. Das berüchtigte „Hamsterrad“ hält uns gefangen. Wie entkommen wir dieser Falle, dem „Mental Load“? Was können wir tun, damit uns nicht die Luft ausgeht?

In diesem Vortrag bekommen Sie Tipps und Strategien aus Theorie und Praxis, wie der Alltag gelassen bewältigt werden kann. Die zentrale Frage wird dabei sein: Welche Motive bestimmen, was wir für wichtig und für weniger wichtig erachten?



Vortragender

Georg Feldmann ist Kommunikationsexperte und Psychotherapeut mit eigener Praxis in Wien. Seine umfassende Ausbildung in den Bereichen Psychologie und Coaching sowie die Kombination aus fundiertem theoretischen Wissen und langjähriger Praxis, machen ihn zum Experten. Für die BVAEB arbeitet er als Vortragender und Mental-Coach seit April 2023.



Termine zur Auswahl

- 07.11.2023 von 09:00 bis 11:00 Uhr
- 08.11.2023 von 16:00 bis 18:00 Uhr
- 09.11.2023 von 13:00 bis 15:00 Uhr



Anmeldung und Technik

Hier können Sie sich ab sofort anmelden: [BVAEB Event-Website](#)

- Der Online-Vortrag wird als LIVE-Stream übertragen.
- Nach erfolgreicher Anmeldung erhalten Sie ein E-Mail zur Bestätigung mit allen notwendigen Informationen.
- Die Möglichkeit zur Interaktion mit der Vortragenden besteht über eine Chatfunktion.
- Für den technischen Support im Vorfeld, wie auch während der Veranstaltung, steht das Team der Firma Talentify unter support@web-event.at zur Verfügung.