Stressmanagement und Burnout-Prävention

Lehrgangsnummer: 261K302550

Termin: 13.03.2026 - 23.10.2026

Tag	Datum	Uhrzeit	UE	Setting	Modul	Modul	Trainerin
Fr	**13.03.2026**	08.30-17.15	10	Präsenz	1	Grundlagen Stress/Burnout	A. Kail
Sa	**14.03.2026**	08.30-17.15	10	Präsenz		Medizinische Aspekte	M. Sommersgutter
Fr	**22.05.2026**	08.30-17.15	20	Präsenz	2	Mentale Stresskompetenz	A. Kail
Sa	**23.05.2026**	08.30-17.15		Präsenz			
Fr	**03.07.2026**	08.30-17.15	20	Präsenz	3	Regenerative Stresskompetenz	A. Kail
Sa	**04.07.2026**	08.30-17.15		Präsenz			
Fr	**09.10.2026**	08.30-17.15	20	Präsenz	4	Instumentelle Stresskompetenz	A. Kail
Sa	**10.10.2026**	08.30-17.15		Präsenz			
Fr	**23.10.2026**	8.30 - 14:00	6	Präsenz	5	Abschluss	A. Kail

Ort: BFI Salzburg, Schillle

Investition: 2.300,00 EUR

Kostenloser Info-Abend: Mo, 02.02.2026, 18.00 Uhr, BFI Salzburg.

Der Info-Abend findet ausschließlich via Zoom-Live-Stream statt. Anmeldung erforderlich.