

Für Management und Mitarbeiter

- mehr Vitalität
 - mehr Führungs-Persönlichkeit
 - mehr Nachhaltigkeit
 - mehr Strahlkraft
-



Dr. med.
Florian Brückner

Lieber fit und vital als erschöpft und krank

Der Vortrag erklärt wie sich die Stressfaktoren in den letzten 30 Jahren verändert haben und wie unser Körper darauf reagiert. Das Verständnis für die Zusammenhänge mit Störungen des Immunsystems, der Psyche, körperlichen Beschwerden und der Leistungsfähigkeit wird vermittelt und Allgemeine Tipps und Ratschläge zu Stressabbau und Vorbeugung im Arbeitsalltag gegeben