

GELASSEN IM ALLTAG

SAGEN SIE TSCHÜSS ZUM STRESS

GESUNDHEITSWOCHE

In diesem Intensiv-Seminar lernen Sie in vier Tagen, wie Sie Ihrem Stress mit der nötigen Gelassenheit und Distanz begegnen. Erfahrene Trainer helfen Ihnen, Ihre persönlichen Stressmuster zu erkennen. Außerdem lernen Sie praxistaugliche Entspannungsmethoden und erhalten Anleitung für ein erfolgreiches Stressmanagement. Der Austausch mit den anderen Teilnehmern und der optionale Besuch der Emser Therme runden das Seminar ab. Veranstaltungsort ist das BSW-Hotel Lindenbach in Bad Ems mit herrlichem Ausblick auf das Lahntal.

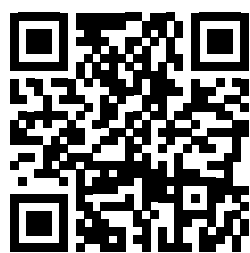
Das Seminar führt die Stiftungsfamilie gemeinsam mit dem Fonds soziale Sicherung und dem Verband Deutscher Eisenbahner-Sportvereine durch. Es ist für alle Bahnbeschäftigten offen – auch Partner und weitere Familienmitglieder können teilnehmen. Förderberechtigte Mitglieder der EVG erhalten unter bestimmten Voraussetzungen eine Erstattung der gesamten Seminarkosten für die Gesundheitswoche über den Fonds soziale Sicherung. Gegebenenfalls wird die zertifizierte Präventionsleistung in Höhe der Anmeldegebühr Ihrer Krankenkasse rückerstattet.

GEBÜHREN

Anmeldegebühr: 80 Euro

Seminarkosten: 950 Euro

Förderer der Stiftungsfamilie, die nicht über den Fonds förderberechtigt sind, können einen Zuschuss in Höhe von 400 Euro erhalten.



Weiterführende Informationen zu Terminen und Reservierung erhalten Sie auf:

<https://bit.ly/gelassen-im-alltag>

Hinweis: Für die Übernahme der Kosten für EVG-Mitglieder füllen Sie bitte den Förderantrag auf der Webseite des Fonds soziale Sicherung aus: www.dein-fonds.de

www.stiftungsfamilie.de



STIFTUNGSFAMILIE
BSW & EWH