

Diese Meldung kann unter <http://www.presseportal.de/pm/42687/1674231/-wie-sie-schnell-ihren-stress-abbauen-webinar-von-stellenanzeigen-de> abgerufen werden.



"Wie Sie schnell Ihren Stress abbauen" Webinar von stellenanzeigen.de

01.09.2010 - 11:20 Uhr, stellenanzeigen.de

München (ots) - Mit dem Thema Stressmanagement setzt stellenanzeigen.de seine Webinarreihe für Fach- und Führungskräfte im September fort. Am 16.9 lernen die Teilnehmer ab 17 Uhr in der einstündigen Veranstaltung, wie sie berufsbedingten Druck reduzieren und mit Stress am Arbeitsplatz oder privat besser umgehen können.

Zunächst geht das Webinar den Ursachen und Auswirkungen von Stress in Beruf und Alltag auf den Grund. Im Anschluss lernen die Teilnehmer sowohl kurzfristige Maßnahmen gegen den akuten Stressfall als auch langfristige Strategien für dauerhafte berufliche und private Ausgeglichenheit kennen. Die Referentin Anabel Schröder zeigt zudem, welche Möglichkeiten die eigene Persönlichkeit bietet, bei Stress stabiler zu werden.

Anabel Schröder ist seit vielen Jahren als Unternehmensberaterin, Trainerin und Coach auf die Themen Stressmanagement, Kommunikation und Führung spezialisiert. Die Betriebswirtin und psychologische Beraterin hat mehrere Fachbeiträge zum Thema veröffentlicht sowie zahlreiche Stressabbau-Seminare für renommierte Unternehmen geleitet.

Das Webinar ist kostenfrei. Die Teilnehmer können bequem von zuhause über einen internetfähigen Rechner an den Online-Veranstaltungen teilnehmen und der Referentin per Chatfunktion individuelle Fragen stellen.

Anmeldungen unter: <http://www.stellenanzeigen.de/webinar/stressabbau.asp> .

Pressekontakt:

Über stellenanzeigen.de

Mit über 1.300.000 Visits monatlich und mehr als 500.000 registrierten Usern gehört stellenanzeigen.de zu den führenden Online-Stellenbörsen für Fach- und Führungskräfte in Deutschland. Die besondere Stärke von stellenanzeigen.de ist das Drei-Säulen-Konzept: Die Online-Stellenbörse kombiniert die allgemeine Plattform www.stellenanzeigen.de mit 20 zielgruppenspezifischen Online-Kanälen sowie über 100 Print- und Online-Medien der Kooperationspartner. Dazu gehören sowohl Tageszeitungen als auch Fachmedien. So erreicht stellenanzeigen.de für die verschiedensten Qualifikationsprofile und Regionen stets eine besonders große Reichweite in den relevanten Bewerberzielgruppen. Unternehmen finden auf diese Weise schnell und einfach ihre Wunschkandidaten, Bewerber ihren Wunschjob.

Weitere Informationen erhalten Sie unter www.stellenanzeigen.de/presse oder unter Tel.: 089 / 65 10 76-221.

Originaltext:

stellenanzeigen.de

Pressemappe:

<http://www.presseportal.de/pm/42687/stellenanzeigen-de>

Pressemappe als RSS:

http://presseportal.de/rss/pm_42687.rss2