



**bwz uri lern
coaching**

Erfolgreicher Umgang mit Druck

27.10.2021

19.00 Uhr, Aula bwz Uri

Stress ist eine natürliche Reaktion vor anspruchsvollen Situationen wie Prüfungen, Vorträgen oder grossen Aufgaben im Leben.

Bevor der Druck durch Stress zu gross wird und sich Ängste bilden, lohnt es sich, hilfreiche Strategien anzuwenden.

- Damit Sie die Stressspirale frühzeitig stoppen können, erklären wir Ihnen die Hintergründe dazu.
- Damit Sie die Stressspirale in eine kraftvolle Richtung lenken können, erhalten Sie hilfreiche Tipps und Tricks.

Haben wir Ihr Interesse geweckt?

Anmeldung mit dem Betreff "Input"

lerncoaching@bwzuri.ch