

Björn Schünemann



Teilnahmebestätigung

Veranstaltung: **Stressmanagement**

Inhalte und Ziele:

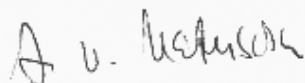
Dieses Seminar nähert sich dem Phänomen „Stress“ ganzheitlich und soll praktische Anregungen mitgeben, um trotz Stress gesund und leistungsfähig zu bleiben.

Die inhaltlichen Schwerpunkte liegen dabei auf körperorientierter Ressourcenarbeit und Entspannungstechniken sowie Zeitmanagement und Kommunikation.

Es wird bestätigt, dass **Björn Schünemann** im Wintersemester 2003/2004 an der o.g. Veranstaltung im Rahmen des CAREER CENTER der Technischen Universität Berlin teilgenommen hat.

Diese Veranstaltung fand in Kooperation mit der Barmer Ersatzkasse Berlin statt und wurde von Frau Diplom- Psychologin Anke Wagner durchgeführt.

Mit freundlichen Grüßen
Im Auftrag



Agnes v. Matuschka
Career Center