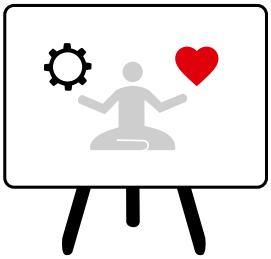
www.kebel.de
training@kebel.de
T:0231.5191986

Stressbewältigung Kurse und Schulungen mit Zertifikat als Online Training und Präsenzseminar



- Stressbewältigung Kursübersicht - Die Stressbewältigung Kurse mit Zertifikat finden als Live Online Training (Webinar) und in 21 Trainingszentren in Ihrer Nähe als Präsenzseminar statt. Unsere Stressbewältigung Seminare sind für Anfänger, Fortgeschrittene und Profis gedacht. Zum Seminarende erhalten Sie Ihr Zertifikat.
- Firmenschulung - Sie suchen eine individuelle Stressbewältigung Schulung? Alternativ organisieren wir gerne individuelle Stressbewältigung Schulungen als Firmen- oder Inhouse-Training. Hierbei erfolgen die Termine, der Ort, die Dauer und die Inhalte individuell nach Absprache. Ihr maßgeschneidertes Stressbewältigung Training erfolgt online, in Präsenz oder hybrid.

In den Stressbewältigungs-Kursen erlernen die Teilnehmer wirksame Techniken, um Stress zu reduzieren und ihre Resilienz zu stärken. Die praxisnahen Kurse vermitteln Strategien für einen gesunden Umgang mit Belastungen im Berufs- und Privatleben. Ideal für alle, die ihre mentale Gesundheit und ihr Wohlbefinden nachhaltig verbessern möchten.

Unser Kebel Team sowie unsere Soft Skills Trainer:innen stehen Ihnen gerne für individuelle Beratungen zur Verfügung. Anschließend erstellen wir Ihnen ein schriftliches Angebot für Ihre berufliche Weiterbildung oder Sie buchen direkt online.

Kurs - Mit Stress umgehen lernen

Einerseits ist Stress ein Lebenselixier und überlebensnotwendig. Auf bestimmte Arten von Stress zu verzichten, ist deshalb nicht möglich. Andererseits müssen wir, um gesund zu bleiben, mit Stress besser umgehen. Stressabbau wäre ein Weg. Wollen Sie entscheiden können, was sie stresst und wie? Das scheinbar Unmögliche ist Ziel dieses Trainings.

Kurs: PCKO4 **Dauer: 2 Tage** **➪ Termine & Ort oder Live Online wählen und buchen**

4.8/5 EXZELLENT

IT-Trainings Kebel GmbH
Europaplatz 11
44269 Dortmund
T: 0231.5191986
F: 0231.5191988
training@kebel.de

Huyssenallee 82-88
45128 Essen

Gropiusstraße 7
48163 Münster

Geschäftsführer:
Dipl.Ing. Thorsten Gerd Kebel
USt.ID: DE369771075
HRB 36432
Amtsgericht Dortmund
Sitz der Gesellschaft ist Dortmund
Sparkasse Dortmund
DE52 4405 0199 0171 0057 28
BIC: DORTDE33

Irrtümer, Fehler und Änderung vorbehalten.

www.kebel.de
training@kebel.de
T:0231.5191986

Diese Schulungszentren erwarten Sie:

Berlin | Bremen | Dortmund | Dresden | Düsseldorf | Erfurt | Essen | Extern | Frankfurt a.M. | Hamburg | Hannover | Koblenz | Köln | Krefeld | Leipzig | München | Münster | Nürnberg | Regenstauf | Saarbrücken | Siegen | Stuttgart | oder als Live Online Seminar ➪ **Adressen**

Das Bewertungsportal - eKomi

EXZELLENT
4,8/5

Um ein wertvolles und renommiertes Gütesiegel zu tragen, hat sich unser Kebel Team für das unabhängige eKomi Bewertungsportal entschieden. Wir nutzen diese authentifizierte Software, um unsere Seminarteilnehmer:innen zu befragen, nachdem sie unsere Kurse online oder in Präsenz besucht haben.

Jede freiwillig und anonym abgegebene Bewertung, egal ob positiv oder kritisch, fließt in die Bewertungsstatistik von IT-Trainings Kebel GmbH ein. Natürlich sind zufriedene Kunden:innen und Ihr Feedback für uns überlebenswichtig.

An dieser Stelle bedanken wir uns für Ihre Bewertungen.

Lesen Sie unsere ➪ **Bewertungen.**

4.8/5 EXZELLENT

IT-Trainings Kebel GmbH
Europaplatz 11
44269 Dortmund
T: 0231.5191986
F: 0231.5191988
training@kebel.de

Huyssenallee 82-88
45128 Essen

Gropiusstraße 7
48163 Münster

Geschäftsführer:
Dipl.Ing. Thorsten Gerd Kebel
USt.ID: DE369771075
HRB 36432
Amtsgericht Dortmund
Sitz der Gesellschaft ist Dortmund
Sparkasse Dortmund
DE52 4405 0199 0171 0057 28
BIC: DORTDE33

Alle genannten Marken und Produkte sind Warenzeichen oder eingetragene Markenzeichen der entsprechenden Unternehmen.

Irrtümer, Fehler und Änderung vorbehalten.