



## **Verein ReGeMo – Schweiz** **Respekt und Gesundheitsförderung statt psychosozialen Stress,** **Mobbing und Gewalt**

Der Verein "Respekt und Gesundheitsförderung statt psychosozialen Stress, Mobbing und Gewalt - Schweiz ( ReGeMo - Schweiz )" setzt sich für Respekt und Gesundheitsförderung ein und fördert das psychosoziale Wohlbefinden und die Lebensqualität.

### **Mini-Workshop zum Thema Stress im Alltag**

#### **Wirkungsvoller Umgang mit Stress – mehr Erfolg, Lebensqualität und Gesundheit**

Lernen Sie das Phänomen Stress mit allen Facetten am Mini-Workshop kennen und leiten Sie daraus Ihre eigene, persönliche Stress – Prophylaxe mit Massnahmen für den beruflichen und persönlichen Alltag ab. Vortrag / Moderation: Heinz Oftinger, Erwachsenenbildner

**Donnerstag, 21. August 2014, Eintreffen Teilnehmende ab 17.45 Uhr,**  
**Beginn 18.00 – 20.00 Uhr, mit Apéro, in Bözen.** Kein Eintritt.  
Das Lokal wird den Angemeldeten noch mitgeteilt

Weitere Informationen:

Heinz Oftinger, Leiter Geschäftsstelle, Tel. 079 354 94 49; E-Mail: [info@regemo.ch](mailto:info@regemo.ch)

**Wir freuen uns über Ihre Teilnahme!**

---

| [www.regemo.ch](http://www.regemo.ch) | E-Mail: [info@regemo.ch](mailto:info@regemo.ch) |  
| Sekretariat: Unter den Reben 11 | CH-5076 Bözen | +41 79 354 94 49 / 745 55 49 |

Umfrage zum Thema „Respekt“: <http://de.surveymonkey.com/s/9XYWDRD>

á -----

### **Anmeldung**

Ja, ich melde mich für den Mini-Workshop „Stress im Alltag“, 21.8.2014, Beginn 18.00 Uhr, an:

Vorname/Name

(Firma,Abteilung)

Strasse/Postfach

PLZ/Ort

Telefon/Fax

E-Mail

Homepage

Datum/Unterschrift

> Fax: 062 876 25 61

> per Post: Regemo, Unter den Reben 11, 5076 Bözen / e-Mail: [info@regemo.ch](mailto:info@regemo.ch)