

## CZV-WAB Kurs Nr. 148 – Stress mit dem Stress

Kursdatum: Freitag, 19.06.2020, 08:00 – 17:00 Uhr

Kursthema: **Stress mit dem Stress**

Stress, was ist das?  
Die Stressmaschine Mensch  
So bewältige ich Stresssituationen  
Eigene Ressourcen „managen“  
Stress und Emotionen  
Kursbestätigung

Kosten: **Fr. 250.– Kurs** **per Rechnung**  
**(inkl. SARI-Registration)**

inbegriffen: Mittagessen / Kaffee / kalte Getränke / Snacks

Treffpunkt: **Theorielokal Fahrschule RUFER GmbH**  
**Zürcherstrasse 350**  
**8500 Frauenfeld**  
(auf dem Areal der Firma Böni)

**Falls Sie verhindert sind, bitten wir Sie um eine Abmeldung von mind. 48 Stunden vorher, ansonsten werden die Kurskosten verrechnet. Die Teilnehmerzahl ist limitiert.**

Freundliche Grüsse

**Fahrschule RUFER**