Bildungsangebot-Modul: Vereinsvorträge

Vereinsvorträge

KN 1194

WICHTIG: **Für Mitglieder des Vereins ist dieser Vortrag kostenlos, aus technischen Gründen wird erst bei Bestellung ein 100% Rabatt in Abzug gebracht**.

Lerntyp	UE
Webinar	1.5
Streaming	2

Online Vortrag: Pflanzliche Arzneimittel - Ein Überblick über .....

In diesem interessanten Vortrag **Pflanzliche Arzneimittel - Ein Überblick über Wirkung, Zusammensetzung und Anwendung** erhalten Sie fundierte Information über pflanzliche Arzneimittel, die Sie für viele Störungen zur Selbstbehandlung bzw. nach der Beratung durch die Apotheke sofort einsetzen können.

Haben Sie Fragen wie - "Was macht Sinn in der Hausapotheke zu haben? Wie nehme ich dieses oder jenes pflanzliche Arzneimittel ein? Worauf muss ich bei der Einnahme achten?" - dann ist dieser Vortrag genau richtig für Sie.

Stellen Sie Ihre Fragen rund um das Thema live an unsere Experten aus der Apotheke.

Vortragende Susanne Wersching
Werner Vogl

WSTCM GmbH

Gutenbrunnerstraße 1/2, 2500 Baden
Hasnerstraße 29/7+9, 1160 Wien

Tel: +43-(0)2252-206999
office@wstcm.at

Bildungsangebot-Modul: Vereinsvorträge

Anzahl	Lerntyp	Verfügbare Termine
2 UE	**Streaming** / Online Vortrag- Pflanzliche Arzneimittel- ein Überblick.....	6. Mai 2025, 19:00 - 20:30 Susanne Wersching Werner Vogl Online - zoom

Online-Vortrag: Achtsam sein? - "It's simple but not easy!"

Impulsvortrag zur Haltung der Achtsamkeit aus dem Blickwinkel von MBSR (Mindfulness-Based Stress Reduction)

Achtsamkeit ist mittlerweile zu einem großen Trend geworden und dadurch wird sie oft auf Stressbewältigung reduziert, als Entspannungsmethode „vermarktet“ oder als weiteres Tool zur Selbstoptimierung angepriesen.

Aber was bedeutet „achtsam sein“ wirklich im ursprünglichen Sinn? Immer wichtiger wird auch zu verstehen und zu kommunizieren was Achtsamkeit nicht ist!

„Achtsamkeit heißt, aufmerksam zu sein, was jetzt gerade passiert in diesem Moment – im Geist, im Körper und in der äußeren Umwelt mit einer Haltung von Neugier und Freundlichkeit.“ (Mindful Nation UK Report, Oktober 2015) – Das ist nur eine von vielen möglichen Definitionen von Achtsamkeit.

Die Wissenschaft bestätigt uns heute, wie unterstützend das regelmäßige Üben und Kultivieren einer (formalen) Achtsamkeitspraxis sein kann. Gut belegt sind v.a. die Aufmerksamkeitsregulation und die Emotionsregulation. Dieser Impulsvortrag soll eine grundlegende Idee vermitteln und den Raum bieten, kurze Übungen auszuprobieren und diese in den Alltag „mitzunehmen".

Vortragende Klaus Kirchmayr

Anzahl	Lerntyp	Verfügbare Termine

WSTCM GmbH

Gutenbrunnerstraße 1/2, 2500 Baden
Hasnerstraße 29/7+9, 1160 Wien

Tel: +43-(0)2252-206999
office@wstcm.at

Bildungsangebot-Modul: Vereinsvorträge

1.5 UE	**Webinar** / Vortrag: Achtsam sein?	26. Juni 2025, 19:00 - 20:00 Klaus Kirchmayr Online - zoom

WSTCM GmbH

Gutenbrunnerstraße 1/2, 2500 Baden
Hasnerstraße 29/7+9, 1160 Wien

Tel: +43-(0)2252-206999
office@wstcm.at