

DEM FETT UND SALZ AUF DER SPUR - AUS DIÄTOLOGISCHER SICHT W

Kärntner Gebietskrankenkasse und kärngesund, Kempfstraße 8,
9021 Klagenfurt am Wörthersee, Tel. Nr.: 050/58552035,
Mail: office@kaern-gesund.at, www.kgkk.at, www.kaern-gesund.at
Kursleiterin: Susanne Kopeinig, Diätologin Kärntner GKK



In diesem Workshop nähern wir uns dem Thema versteckte Fette und erhöhtem Salzkonsum. Sie können hilfreiche diätologische Fachinformationen mitnehmen und diese in die Praxis umsetzen. Ein bewusstes Ernährungsverhalten ist einer der Grundbausteine unserer Gesunderhaltung. Weitere Informationen finden Sie auch unter www.kgkk.at und www.kaerngesund.at.



289	Kärntner GKK, Kempfstr. 8, Schulungszentrum, 5. Stock	DI 13.05. um 16:30 Uhr	1 Std.
------------	--	------------------------	--------

DIE MACHT DER UNTERSCHIEDUNGSKRAFT V

Energet[h]ik-Zentrum Dirk Bock e.U., Stauderplatz 8,
9020 Klagenfurt am Wörthersee, Tel. Nr.: 0463/240210,
Mobil: 0664/73884100, Mail: kontakt@energethik-zentrum.at,
www.energethik-zentrum.at
Vortragender: Dirk Bock



Permanent nutzen wir die Unterscheidungskraft - doch wie bewusst? Und vor Allem - durch wen oder was gesteuert? Dirk Bock, Unternehmensberater, Coach und Energetiker erläutert in seinem Vortrag wie emotionale und mentale Mechanismen unsere Unterscheidungskraft einschränken und das tägliche (Er-) Leben beeinflussen. Mit praktischen und einfachen Übungen, die im Alltag angewendet werden können, zeigt Dirk Bock auf wie die Kraft und Macht der Unterscheidungskraft für ein bewusstes und freieres Leben eingesetzt werden kann!



290	Gemeindezentrum Waidmannsdorf, Ginzkeygasse 2	FR 09.05. um 19:00 Uhr	2 Std.
------------	--	------------------------	--------

EMPATHIE - DAS HERZSTÜCK DER GEWALTFREIEN KOMMUNIKATION NACH M. ROSENBERG W

Netzwerk - gewaltfreie Kommunikation AUSTRIA, Rudolf Kattinig Straße 72,
9020 Klagenfurt am Wörthersee, Mobil: 0676/89808531,
Mail: barbara.roshan@tele2.at, www.gewaltfrei.at/profile/barbararoshan
Kursleiterin: Mag. Barbara Roshan

Für eine erfüllende Kommunikation ist die Haltung wichtiger als die Methode. Aber wie schafft man Raum für Gefühle und Bedürfnisse? Der Abend bietet Gelegenheit um an Hand von Rollenspielen und Übungen das Geben und Empfangen von Einfühlung kennenzulernen und deren wohlthuende Wirkung zu erfahren.



291	Gemeindezentrum Festung, Strutzmannngasse 17	MO 05.05. um 18:00 Uhr	1,5 Std.
------------	---	------------------------	----------

ANGEBOT

Erwachsene • Sonstige Angebote