

VEZETŐI KLUB

STRESSZ, STRESSZKEZELÉS

2025.04.30.
Kiskunhalas



A Bács-Kiskun Vármegyei Kereskedelmi és Iparkamara Kiskunhalasi Képvisellete
tisztelttel meghívja Önt a

STRESSZ, STRESSZKEZELÉS

témára szervezett **VEZETŐI KLUB** rendezvényre és az azt követő fogadásra.

Amikor változásokra kell reagálnunk, veszélybe kerülnek a terveink, nehéz döntés előtt állunk, kiváltképp, ha mindez felelős vezetőként nyomja a vállunkat, nem csak lelkileg, hanem testileg is megérezzük. Stresszelünk, emelkedik a kortizol- és adrenalinszintünk, hosszú távon a testünk lassan kimerül. A végén úgy érezzük magunkat, mintha megakadt volna a tű a lemezen.

De van jó hír is! A nehéz helyzetek feldolgozására léteznek segítő módszerek, amelyekkel a testünk is regenerálódhat. Az előadás során kiderül, hogyan tudjuk belső erőforrásaink aktiválásával kezelni a stresszt, megtartani az irányítást életünk felett.

Időpont: 2025.04.30., szerda, 9:30

Helyszín: Kiskunhalas, Csipke Hotel, különterem (Kiskunhalas, Semmelweis tér 16.)

Előadó: Adamovits Judit okleveles pszichológus



A rendezvényen történő részvétel díjmentes, de regisztrációhoz kötött. Regisztrálni az alábbi linken lehetséges:

JELENTKEZÉS

Szeretettel várja Önöket:

Dr. Vas Edit
képviselővezető
dr.vas.edit@bkmkik.hu

A fenti rendezvény az **NGM_SZERZ/173/3/2024 számú** Vállalkozásfejlesztési Program keretei között valósul meg, amellyel szeretnénk a vállalkozások fejlődését az állandóan változó gazdasági környezetben, a továbbiakban is aktívan támogatni. A jelentkezőket Bács-Kiskun Vármegye területéről várjuk.

Az esetleges időpontváltoztatás jogát fenntartjuk.