
Lebensqualität am Bauernhof trotz steigender Herausforderungen

Der Arbeitsalltag bringt ständig wachsende Herausforderungen. Aber wo bleibt da die Lebensqualität?

Ein „anderer“ Blick und die Bewertung meiner Arbeit nach anderen Gesichtspunkten: Worin liegen Sinn und Werte, was sind meine Kriterien für Lebensqualität und wie bekommen sie Raum in meinem Leben?

Arbeit ist ein zentraler Teil unseres Lebens – in diesem Seminar nehmen wir uns Zeit, um über Ausmaß, Umfeld, Sinn und Wert von Arbeit nachzudenken und diese entsprechend zu gestalten.

Inhalte:

- Arbeitspensum – meine verschiedenen Tätigkeiten
- Arbeitsorganisation und Zeitmanagement
- Ausgleich für Arbeit
- Arbeitsüberlastung – Erkennen der körperlichen und psychischen Warnsignale
- Perfektion und Fehlerkultur
- Kooperation und Konkurrenz

Verfügbare Termine

Information

Kursdauer:	7,5 Einheiten
Kursbeitrag:	€ 59,00 (pro Person (gefördert)) gefördert von Bund, Land und EU
Fachbereich:	Persönlichkeit & Kreativität
Zielgruppe:	Bäuerinnen und Bauern, alle interessierten Personen
Anrechnung:	7,5 Stunde(n) für SaB,