



Quality Think



Information für Arbeitgeber: Unterstützen Sie Ihre Mitarbeiter auf dem Weg zu mehr Stressbewältigung mit unserem Online-Bildungsurlaub "Effektive Wege aus der täglichen Stressfalle“

Sehr geehrte Arbeitgeber,

wir von Quality Think wissen um die Herausforderungen, denen Ihre Mitarbeiter täglich gegenüberstehen. Stress am Arbeitsplatz und im Privatleben kann sich negativ auf die Leistungsfähigkeit, das Wohlbefinden und die Gesundheit auswirken. Daher freuen wir uns, Ihnen unseren speziellen Online-Bildungsurlaub "Effektive Wege aus der täglichen Stressfalle für Beruf und Alltag" vorstellen zu dürfen.

Dieser intensive 5-tägige Kurs (5 mal 8 Unterrichtsstunden je 45 Minuten) wurde entwickelt, um Ihren Mitarbeitern praktische Strategien und Techniken zur Bewältigung von Stress zu vermitteln. Von Stressabbau-Methoden über Zeitmanagement-Techniken bis hin zu Entspannungsübungen - unsere Experten teilen bewährte Ansätze, die Ihren Mitarbeitern helfen, mit Stresssituationen effektiv umzugehen und ihre Resilienz zu stärken.

Der gesamte Bildungsurlaub findet online statt, was es Ihren Mitarbeitern ermöglicht, flexibel von jedem Ort aus teilzunehmen. Diese Flexibilität bedeutet, dass Ihre Mitarbeiter wertvolles Wissen und Fähigkeiten erwerben können, ohne dabei ihre Arbeitsverpflichtungen zu vernachlässigen.

Indem Sie Ihren Mitarbeitern die Möglichkeit geben, an unserem Online-Bildungsurlaub teilzunehmen, investieren Sie nicht nur in ihr persönliches Wohlbefinden, sondern auch in die Leistungsfähigkeit und Produktivität Ihres Unternehmens. Ein stressfreies Arbeitsumfeld fördert die Motivation, Kreativität und Bindung Ihrer Mitarbeiter und trägt langfristig zum Erfolg Ihres Unternehmens bei.

Unterstützen Sie Ihre Mitarbeiter auf dem Weg zu mehr Stressbewältigung und Resilienz, indem Sie sie zur Teilnahme an unserem Online-Bildungsurlaub "Effektive Wege aus der täglichen Stressfalle für Beruf und Alltag" ermutigen. Kontaktieren Sie uns gerne, um weitere Informationen zu erhalten und die Anmeldung für Ihre Mitarbeiter zu erleichtern.

Mit freundlichen Grüßen

Martina Knaack und Sabine Saltenberger



Quality Think



Der Vorteil von Online-Kursen

- Online-Kurse sind für Menschen mit Mobilitätseinschränkungen oder anderen Barrieren leichter zugänglich.
- Online-Kurse ermöglichen es Personen mit familiären Verpflichtungen, ihre Weiterbildung mit ihren Pflichten als Eltern oder Betreuer zu vereinbaren.
- Jederzeit Zugriff auf die Unterrichtseinheiten, sodass sie später erneut angesehen werden können.
- Selbstgesteuertes Lernen: Man hat mehr Kontrolle darüber, wann und wie man lernt.
- Weniger Ablenkungen: Man kann in einer vertrauten Umgebung lernen, ohne von anderen Kursteilnehmern oder externen Ablenkungen gestört zu werden.
- Selbstmotivation: Man entwickelt Selbstmotivation und Disziplin, da man eigenverantwortlich lernt.
- Anpassbare Lernumgebung: Die Lernumgebung kann nach eigenen Vorlieben gestaltet werden, sei es mit Musik, Pausen oder anderen Hilfsmitteln.
- Weniger Stress: Der Wegfall von Reisezeiten und die Möglichkeit, in einer vertrauten Umgebung zu lernen, reduzieren den Stresslevel im Vergleich zu Präsenzveranstaltungen.
- Anpassbare Lernpausen: Man kann die Lernpausen nach Bedarf und Vorlieben gestalten, was zu einer effektiveren Lernroutine führt.
- Bessere Konzentration: In einer ruhigen Umgebung zu Hause kann man sich besser konzentrieren und tiefer in das Lernmaterial eintauchen.
- Multimodales Lernen: Online-Kurse nutzen verschiedene Lehrmethoden, um unterschiedliche Lerntypen anzusprechen.
- Man spart Zeit für die An- und Abreise zum Schulungsort.