

Webinar: LQB Stark bleiben zwischen Stall, Feld und Familie

Ohne Energie läuft nichts – dein Körper ist dein wichtigstes Arbeitsgerät. In diesem Webinar erfährst du, wie es um die Gesundheit der Männer bestellt ist und worauf sie besonders achten sollten. Du lernst, wie dich Stress beeinflusst und hilfreiche Strategien, die dich stark, gesund und belastbar halten. Es zeigt auf, wie Man(n) es schaffen kann, trotz der oft fordernden und langen Arbeitstage die Balance zwischen Arbeit, Gesundheit und Zeit für die Familie zu bewahren. Dieses Webinar richtet sich an Landwirte, die nicht nur durchhalten, sondern leistungsfähig, gesund und fit bleiben und ihre Lebensqualität langfristig sichern möchten.

Information

Kursdauer:	2 Einheiten
Kursbeitrag:	35,00 € Teilnahmebeitrag gefördert 105,00 € Teilnahmebeitrag
Fachbereich:	Persönlichkeit & Kreativität, Gesundheit und Ernährung
Zielgruppe:	Landwirte

Verfügbare Termine

21.04.2026 19:30, Innsbruck

Ort	Innsbruck
Beginn	21.04.2026 19:30
Ende	21.04.2026 21:00
Örtlichkeit	online über tirol.lfi.at, Brixner Straße 1, 6020 Innsbruck
Kursnummer	7-1005441
Trainer:in	Manfred König
Veranstalter	Ländliches Fortbildungsinstitut Tirol Lebensqualität Bauernhof Tirol