Schon wieder wach?

Ein erholsamer Schlaf gibt uns Kraft und Energie für den kommenden Tag. Unser Bett ist dabei weit mehr als nur ein Ort zum Liegen - es ist unsere persönliche Tankstelle für Regeneration und Wohlbefinden.
Und doch: Kennen Sie das? Sie liegen im Bett und möchten schlafen, aber Ihr Kopf kommt nicht zur Ruhe. Gedanken kreisen, der Körper ist angespannt. Kaum sind Sie kurz eingenickt, werden Sie plötzlich wieder hellwach.
Energie-Strömen kann Ihnen dabei helfen, den alten Tag bewusst abzuschließen, innere Unruhe loszulassen und sanft in den Schlaf zu finden.
Erleben Sie, wie Ihr Körper zur Ruhe kommt und Sie am Morgen mit frischer Energie und neuer Kraft in den Tag starten.

Ein Onlineseminar ist ein Seminar, das über das Internet abgehalten wird und an dem Sie live von zu Hause aus teilnehmen können. Sie können die Präsentationen verfolgen und Fragen stellen. Als Teilnehmer:in sind Sie mit Ihrem Namen sichtbar und können bei Bedarf Ihr Mikrofon und Video einschalten.

Beachten Sie die technischen Hinweise.

Bei Live-Onlineveranstaltungen wird eine Teilnahmebestätigung ausschließlich für eine einzelne Person pro genutztem Endgerät ausgestellt.

Änderungen vorbehalten.

© 2026 - lfi.at

Information

Kursdauer:	2 Einheiten
Kursbeitrag:	29,00 €
Fachbereich:	Gesundheit und Ernährung
Zielgruppe:	Bäuerinnen und Bauern, Junge Mütter, Konsumentinnen und Konsumenten
Mitzubringen:	Benötigt: Computer/Laptop/Tablet mit Lautsprecher, Mikrofon und Kamera; stabiles Internet.

Verfügbare Termine

19.11.2026 19:00, online

Ort	online
Beginn	19.11.2026 19:00
Ende	19.11.2026 21:00
Örtlichkeit	Online-Seminarraum, online
Information	Kundenservice, Tel +43 (0)50 6902 1500, info@lfi-ooe.at
Kursnummer	3516/3
Trainer:in	Susanne Jarolim
Termin 1	19.11.2026, 19:00 - 21:00 Uhr

28.01.2027 19:00, online

Ort	online
Beginn	28.01.2027 19:00
Ende	28.01.2027 21:00
Örtlichkeit	Online-Seminarraum, online
Information	Kundenservice, Tel +43 (0)50 6902 1500, info@lfi-ooe.at
Kursnummer	3516/4
Trainer:in	Susanne Jarolim
Termin 1	28.01.2027, 19:00 - 21:00 Uhr

© 2026 - lfi.at