

Seminario Básico 9

Seminario Virtual Paraguay

Requisito: Participación del Seminario de Introducción

Idioma: Alemán con traducción al español

B9 Vivir exitosamente sin agotarse

VI/SA 08 y 09 de marzo 2024

Estrés, tensión, angustia, eustrés, su significado y consecuencias. Convierte el estrés en energía. Equilibrio trabajo-vida. Identificar y prevenir el agotamiento - Burnout. Relajación y recuperación. Gestión del tiempo. Establecer prioridades. Reconoce y aprovecha tu llamado. **Hans Baumann**

Online: seminario virtual a través de la plataforma Zoom.

Horario: 8:00 – 12:00 / 13:00 – 17:30 hrs.- La prueba técnica comienza a las 7:30 hrs.

Precio:

por persona	Gs 200.000.- (U\$ 29)
repetición del seminario	Gs 100.000.- (U\$ 14)
matrimonios	Gs 350.000.- (U\$ 50)

(precio matrimonial solo con participación simultánea)

Inscripción Online: <https://www.icl.org.py/inscripcion-a-seminarios/>

Con la inscripción te comprometes a asistir a todo el seminario. No se permiten ausencias temporales.

Condiciones técnicas: Cada participante necesita una **computadora propia con cámara y auriculares con micrófono** (en caso de matrimonios tienen que contar con 2 dispositivos).

La cámara es un requisito obligatorio para los ejercicios y para nuestro control de presencia. Favor asegura que se te pueda ver claramente durante el seminario. Se requieren auriculares para evitar ruidos molestos. Además, sólo así podemos estar seguros de que estamos entre nosotros (confidencialidad). Todo lo que necesita son unos auriculares, que normalmente se suministran con un teléfono inteligente.

Fecha límite de registro / baja: 28.02.2024

Si hemos recibido su inscripción después de la fecha límite de inscripción, el precio del seminario aumenta a Gs 250.000.- por los gastos de logística.

Después del registro, recibirás la **confirmación de inscripción** y la **declaración de confidencialidad**. Solo serás admitido en el seminario cuando el monto del seminario se haya acreditado en la cuenta especificada y hayamos recibido la declaración de confidencialidad. La **revista del seminario** impresa te será enviada por correo durante la semana del seminario, favor incluir los datos necesarios en la inscripción. Unos días antes del seminario recibirás los enlaces (links) de Zoom por correo electrónico. Si has indicado tu Ruc en la inscripción, recibirás una factura con los materiales. **No se permite una grabación del seminario.**

Cancela con tiempo si no puedes asistir al seminario que has reservado. Si cancelas el día del seminario, te cobramos el 50% de la tarifa del seminario (excepto por enfermedad con certificado médico, que nos envías sin solicitarlo).

Grundlagenseminar 9

ONLINE Seminar Paraguay

Voraussetzung: Besuch eines ICL-Einführungsseminars

Sprache: Deutsch mit spanischer Übersetzung

G9 Erfolgreich leben ohne auszubrennen

FR/SA 08.-09. März 2024

Stress, Strain, Distress, Eustress – Bedeutung und Folgen. Work-Life-Balance. Burnout erkennen und vorbeugen. Entspannung und Erholung. Zeitmanagement. Prioritäten setzen. Seine Berufung erkennen und ergreifen.

Hans Baumann

Online: Online-Seminar über Zoom-Plattform.

Seminarzeiten: 8:00 – 12:00 / 13:00 – 17:30 Uhr.

Seminarkosten: pro Person Gs 200.000.- (US\$ 29,00)
Ehepaare Gs 350.000.- (US\$ 50,00)
(Der Ehepaar Preis ist nur bei gleichzeitiger Teilnahme anrechenbar)

Anmeldung Online: <https://www.icl.org.py/inscripcion-a-seminarios/>

Mit der Anmeldung verpflichtest du dich, am gesamten Seminar teilzunehmen; zeitweises Fehlen ist nicht gestattet.

Technikbedingung: Jeder Teilnehmer benötigt einen **eigenen Computer** (bei Ehepaaren müssen 2 Computer vorhanden sein) mit **Kamera und Headset** um am Online Seminar teilnehmen zu dürfen. Während des Seminars stellt sicher, dass du durch deine Kamera gut sichtbar bist. Die Kamera ist zwingende Voraussetzung für die Übungen und für unsere Anwesenheitskontrolle. Ein Headset wird benötigt, um störende Rückkopplungen zu vermeiden. Außerdem können wir nur so sicher sein, dass wir unter uns sind (Schweigepflicht). Es reicht ein Headset, wie es bei einem Smartphone üblicherweise mitgeliefert wird.

An-/ Abmeldeschluss: **28.02.2024**

Liegt uns deine Anmeldung erst nach Anmeldeschluss vor, erhöht sich der Seminarpreis um die Aufwandsentschädigung auf Gs 450.000.-

Nach der Anmeldung bekommst du die **Anmeldebestätigung** und die **Schweigepflichtserklärung**. Erst wenn die Seminargebühr auf dem angegebenen Konto eingegangen ist und wir die Schweigepflichtserklärung zurückerhalten haben, wirst du für das Seminar zugelassen. Das **Seminarheft** wird dir in der Seminarwoche **per Post** zugestellt. Wenn du deinen RUC angegeben hast, bekommst du eine Quittung zugesandt.

60 Minuten vor dem Seminarbeginn am 1. Seminartag kannst du dich vom Host nochmals einführen lassen und deine Fragen stellen. Dann ist auch schon ein wenig Plaudern mit den anderen Teilnehmern möglich. Wir werden über Zoom miteinander verbunden sein. **Ein Mitschnitt des Seminars ist nicht gestattet.**

Bitte melde dich rechtzeitig ab, wenn du verhindert bist, das gebuchte Seminar zu besuchen. Bei Abmeldungen am Seminartag stellen wir dir 50% der Seminargebühr in Rechnung (außer wegen Krankheit mit ärztlichem Attest, welches du uns unaufgefordert zusendest).