

# AFTERWORK FÜR DEIN GEHIRN

Donnerstag,

15. Mai 2025

18:00 Uhr

## Afterwork für dein Gehirn

### Die Gruppe entscheidet über die Themen

Dich erwartet ein Abend in kleiner Gruppe und angenehmer Atmosphäre. Die Gruppe erhält eine **Themenauswahl** für den jeweiligen Afterwork und **entscheidet** welche Inhalte sie am meisten interessieren. Diese werden dann vorgestellt und besprochen.

Die Themen der Afterwork-Abende drehen sich um Stressreduktion, Resilienzsteigerung, neurowissenschaftliche Erkenntnisse, die Biochemie des Körpers, Mindset uvm.



### Deine Gastgeberin

Mein Name ist Michaela Posch.

Ich bin dreifache Mama und war mehr als 10 Jahre lang Führungskraft und Personalleiterin im mittelständischen Unternehmen.

Nach meinem gesundheitlichen Schicksalsschlag habe ich mich selbstständig gemacht und Prävention zu meinem Fokusthema entwickelt.



Waldstraße 2  
85656 Buch am Buchrain



08124 / 907 84 54  
0174/ 4 68 85 53



[www.michaelaposch.de](http://www.michaelaposch.de)  
[mail@michaelaposch.de](mailto:mail@michaelaposch.de)



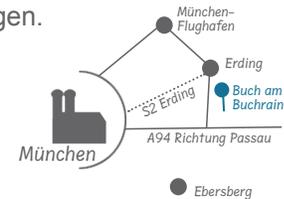
**DBVB**  
Deutscher Bundesverband  
für Burnout-Prävention e.V.

Mitglied im DBVB

## Wann und wo?

Am Waldrand in Buch am Buchrain  
nur ca. 30 min von München entfernt  
direkt an der A94

Lass Deinen Arbeitstag im hellen und freundlichen Seminarraum mit Waldblick ausklingen.



Der Betrag kann vor Ort  
bar bezahlt werden.

Bitte um vorherige Anmeldung  
da die Teilnehmerzahl begrenzt ist.

25 Euro  
inkl. MwSt.

## Afterwork für dein Gehirn

Der Abend findet mehrmals im Jahr mit unterschiedlichen Themen statt.

Hier siehst du, wann es den nächsten

Afterwork für Dein Gehirn gibt.

Nächster  
Afterwork:

Donnerstag,

15. Mai

2025

18:00 bis  
21:00 Uhr



*michaelaposch*  
Seminare & Coaching