



PROGRAM: MASTERCLASS – STRESSBEHANDLING

Lørdag

9.00 Intro til program, undervisere, Kalmia filosofi og en deltagerrunde

10.00 "Stress – en tilstand ikke en sygdom" v. BD

10.30 Behandlingsforløb og data v. NHC/BD

11.30 Den strukturerede (visiterende) forsamtale v. BD

12.30 Frokost

13.15 Gruppestruktur og dynamik v. BD/NHC

14.15 Intro til KBT v. BD/BB

14.30 Pause

14.45 Kropsbevidsthedstræning i salen v. BB

15.45 Dagens afrundes i salen

16.00 På gensyn i morgen



PROGRAM: MASTERCLASS – STRESSBEHANDLING

Søndag

9.00 Stressens fysiologi, forskning bag Kalmiametoden v. BN

Belært af erfaring har vi sat god tid af til dialog/spørgsmål 😊

11.00 Stressbehandling – redskaber og deres anvendelse v. BD/NHC

12.30 Frokost

13.15 Stressbehandling – redskaber og deres anvendelse v. BD/NHC

14.15 Pause

14.30 Den afsluttende samtale v. BD/NHC

15.00 Plan for tilbagevenden til arbejde v. BD/NHC

15.45 Afsluttende runde + kursusbeviser

16.00 Tak for denne gang