

Schaffhausen, den 12. Januar 2026

LWB 123 Stress abbauen, Burnout vorbeugen mit Selbstmanagement / ZRM Grundkurs

Liebe Kursteilnehmende

In zwei Wochen findet die Weiterbildung "Stress abbauen, Burnout vorbeugen mit Selbstmanagement / ZRM Grundkurs" unter der Leitung von Samuel Krattenmacher statt.

Gerne übermittle ich Ihnen die letzten Infos vor dem Kurs:

Kursdaten/	Freitag, 30.01.2026, 8.30-12.00 und 13.00 – 16.30 Uhr Samstag, 31.01.2026, 8.30-12.00 und 13.00 – 16.30 Uhr
Raum	PHSH, Amsler-Laffon-Strasse 1D, 8200 Schaffhausen, Raum A11
Mitbringen	persönliches Notiz- und Schreibmaterial
Auskunft	Website PHS: Weiterbildungskurse der PHS – Organisatorisches PHSH: Sekretariat Weiterbildung & Dienstleistung, 052 551 49 43 Kursverantwortliche: Melanie Süess, sueess@galaxymail.ch Kursleitung: Samuel Krattenmacher: samuel.krattenmacher@phsh.ch
Teilnahmebestätigung	Sie können einige Tage nach Kursende Ihre Teilnahmebestätigung in Ihrem WEB-Account herunterladen.
Evaluation	Nach Kursende erhalten Sie den Link zur Teilnahme ‚Kursevaluation‘ per Mail zu.
Abmeldungen	Abmeldungen richten Sie ausschliesslich an das Sekretariat Weiterbildung & Dienstleistung der PHS: lwb@phsh.ch oder 052 551 49 43. Bei kostenpflichtigen Abmeldungen, weniger als 10 Tage vor Kursbeginn, benötigen wir ein Arztzeugnis oder eine Bestätigung des Schulvorstandes resp. der Schulleitung.

Ich wünsche Ihnen einen interessanten Kurs mit wertvollen Impulsen und einem guten Austausch.

Freundliche Grüsse
PHSH, Weiterbildung & Dienstleistung

Melanie Süess