



Stressmanagement mit Selbstverantwortung



Wie kann ich meinen eigenen Herausforderungen stressfrei begegnen?

Unsere Energetikerin geht individuell auf Ihre Situation ein und lehrt der Gruppe maßgeschneiderte Entspannungstechniken und Stressabbauethoden, die für jeden Teilnehmer individuell anwendbar sind.

So lernen Sie mit einfachen Methoden, selbstverantwortlich mit Ihrer persönlichen Stresssituation im Alltag und im Berufsleben umzugehen, bzw. diese aufzulösen.

Freuen Sie Sich auf eine entspannte Zeit mit

Frau Judith Schnider

Lebens- und Sozialberaterin

- WANN:** Donnerstag, 15.11.2018 um 17.00 Uhr
- WO:** Kinderfreunde Wetzelsdorf, Peter Rosegger Str. 98, 8020 Graz
- ANMELDUNG:** erbeten **bis 8.11.2018** per Email an dr.hoedl@aon.at (Fr. Dr. Hödl)
oder Tel. 0664-21 42 537 (begrenzte TeilnehmerInnenzahl)!

Die Kinderfreunde Graz und das Institut für Frau und Familie freuen sich auf Ihr Kommen!

Vorsitzende und
Geschäftsführerin:
Dr. Eleonore Hödl
E-Mail: dr.hoedl@aon.at
Mobil: +43 699 172 801 27
oder +43 664 21 42 537
ZVR: 550702403



DIE TEILNAHME AM SEMINAR IST KOSTENLOS !!!

gefördert von:

