



**neuer Kurs - zertifiziert - neuer Kurs - zertifiziert**

**Ganzheitliche Stressbewältigung - Wege zu mehr Lebensqualität**

- Zertifizierte Präventionsmaßnahme nach § 20 Abs. 1 SGB V – **auch für Unternehmen!**
- Von gesetzlichen Krankenkassen bezuschusst/ Geld- Zurück- Garantie bis 100%, mind.75.-

Stress- KEIN Phänomen unserer Zeit, doch immer mehr Menschen fühlen sich den zunehmenden Druck und den Belastungen im Beruf oder auch dem Alltagsstress nicht mehr gewachsen.

Dauerstress macht auf Dauer krank und raubt uns die Lebensfreude. Steuern Sie dem entgegen...

- Sie möchten Stressmanagement in Ihrem Unternehmen etablieren?
- brauchen nachhaltige Lösungen zur Stressbewältigung, die funktionieren?
- möchten präventiv sich etwas Gutes tun oder suchen Entlastung?

Mehr Lebensqualität und Bewusstheit in allen Bereichen unseres Lebens: beruflich und privat erfolgreich, erfüllt und gesünder leben

Dieser Kurs eröffnet Ihnen neue Wege und gerne begleite ich als Coach Sie dabei.

<p><b><u>Was erwartet Sie zum Beispiel?</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Zusammenhänge erkennen -Aha- Effekt</li> <li>✓ Stressverarbeitungstyp erkennen</li> <li>✓ Tools, die wirklich nutzen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Pos. Ausrichtung der Wahrnehmung</li> <li>✓ 4 Entspannungsmethoden kennenlernen</li> <li>✓ u.v.m.</li> </ul> <p>Weitere Infos bei mir und über Ihre Krankenkasse....</p>
--	---

**Informationen und Anmeldungen unter:**



**sandra bickelmann**  
 Expertin für maßgeschneiderte Stresslösungen

Siedlung 4, 66871 Pfeffelbach  
 Mobil: 0176 380 83 169  
 www.sandra-bickelmann.de  
 info@sandra-bickelmann.de

***Nachhaltigkeit inklusive***  
*Buch zum Thema (Vorzugspreis)*  
**Gratis- Strategie- Coaching**  
*(30 Min. per Tel. oder Skype)*

Das PLUS für Ihre Lebensqualität