



„Mein starkes ICH“

Ab 18 Jahre, Teilnahme nach vorheriger Anmeldung per Telefon oder E-Mail

05.06. + 06.06.21 von 09:30 – 17:30 Uhr, Bürgerhaus Klettbach

Stress und Stressbewältigung durch Resistenz (Widerstandskraft). Dieser Kurs bringt wichtige und wünschenswerte Veränderungen mit sich. Durch meine Begleitung, nehmen Sie Ihr Leben und ihre Zukunft selbst in die Hand. Hier entscheiden Sie sich bewusst für ein glückliche, starke und zufriedene Zukunft.

Ich besprechen Themen wie:

- Stresstheorie, Resilienzkonzept,
- Zukunftsplanung, Zielorientierung, Lösungsorientierung,
- Verantwortungsübernahme, Akzeptanz,
- Optimismus, Rollenverhalten,
- Netzwerkoptimierung, Präventionsbewusstsein...

Sie investieren 249€ in ein abwechslungsreiches, veränderndes, zukunftsstarkes und motivierendes Wochenende.

Ansprechpartner: Selbstbehauptungs- und Resilienztrainerin:

Sandra Gutstein, Ringstraße 49 B, 99102 Klettbach, Tel036209/438366, www.respektdukannst.de