



leben im fluss

Beratung - Entspannung - Stressmanagement

Stressmanagement-Training für Jugendliche ab 16 Jahren

„Stress war gestern - here we come“

Wer oder was bestimmt wann Du in Stress kommst? - Möchtest Du dies mehr und mehr selbst regeln (können)? – Welche Ziele hast Du? - Könntest Du hierzu noch ein paar effektive Strategien und einen eigenen Plan gebrauchen? – Na dann: go for it!

TIPP: Gesetzliche Krankenkassen erstatten i.d.R. bis zu 80% der Kurskosten!

Informationen für Eltern und pädagogisch Tätige

Vorträge – Elternabende – Fachgespräche

Wissenswertes zum Entspannungstraining und Stressmanagement für Jugendliche

Susanne Frisch – Dipl. Sozialpädagogin (FH) - Regensburg

Systemische Beraterin – Trainerin für Stressmanagement und aktive Entspannung

Informationen zu aktuellen Kursen – Seminaren – Trainings & mehr -
fortlaufend oder im Block – Gruppen- oder Einzeltraining

Ganzjährig Termine auf Anfrage

Tel: 0941 / 504 75 11 **Email:** frisch@leben-im-fluss.com **Webseite:** www.leben-im-fluss.com