

Anti-Stress-Special

Mehrfach pro Jahr werden im Ayurveda Centrum Lübeck Anti-Stress-Workshops, zertifiziert nach § 20 SGB V angeboten, d.h. die Kurse sind von den gesetzlichen Krankenkassen anerkannt und werden deshalb bis zu 100 % für Sie refinanziert.

Dieser Workshop wurde speziell von der BKK vor Ort für ihre Mitglieder in deren Mitgliederzeitschrift worden.

www.bkkvorort.de



Gelassen und sicher im Stress Ayurveda und gut

Um den weitverbreiteten, stressbedingten Krankheiten entgegenzuwirken, bedarf es eines umfassenden Stressbewältigungsprogramms mit unterschiedlichen wirkungsvollen Elementen. Schon seit einigen Jahren bietet ein besonderer Workshop hier wirkliche Hilfe. Bei »Gelassen und sicher im Stress« ist der Name Programm, hier lernen Sie Methoden kennen, die Sie bei Ihrer aktiven Stressbewältigung und Entspannung unterstützen. Gemeinsam entlarven Sie Stressauslöser und entwickeln ein individuelles Frühwarnsystem. Dies wird dabei helfen, Ihre eigene Work-Life-Balance zu etablieren, Muster zu erkennen und diese zu modifizieren.

ANMELDUNG
Sibyl Backe-Proske
Ayurveda Centrum Lübeck
Sickingenweg 6a/23568 Lübeck
0451 29077949 (AB)
www.a-cl.de

**TERMINE
2015**

06.-07. Februar
Freitag
17-20 Uhr
Samstag
9-15 Uhr

21.-22. Februar
Samstag
9-15 Uhr
Sonntag
9-14 Uhr

KOSTEN
149 Euro