



G' sund-NEWS

Ausgabe 27

April 2018

Gesunde
GemeindeStyria  vitalis
Gesundheit für die Steiermark!

VORTRAG

"Gelassen bleiben in Stresssituationen"

Unser Leben ist eine ständige Veränderung. Für die einen macht gerade dies das Leben aus, für die anderen ist es unglaublich schwer, mit der heutigen Schnellebigkeit und den sich dauernd wechselnden Rahmenbedingungen umzugehen. Wenn man Körper und Geist schon vor Ausbruch einer ernsthaften Krise, etwa Burn-out oder Depression, stärkt, dann ist das Risiko um ein Vielfaches geringer, überhaupt in eine Krise zu schlittern.

Vortrags-Experte: Ing. Martin Hannes Hammelhofer
(Lebens- und Sozialberater)

am Mittwoch, dem 18. April 2018,

um 19.00 Uhr

im Veranstaltungszentrum Niklasdorf

Wir würden uns freuen, Sie bei diesem kostenlosen Vortrag begrüßen zu können.

GR Anni Hirschberger

EINLADUNG