

KOSTENLOSER ONLINE-WORKSHOP FÜR 15 - 20 JÄHRIGE

"Stress mit Lernen, Freunden oder Familie? Das bekomme ich in Griff"

Fühlst du dich regelmäßig gestresst oder überfordert? Weisst du nicht immer wie du mit stressigen Situation umgehen sollst? Möchtest du gelassener und resilienter werden? Dann ist dieser Workshop genau das Richtige für dich.

Du entdeckst, was in unserem Körper und Gehirn genau passiert, wenn wir gestresst sind, was wir tun können, um uns zu entspannen und wie du schwierigen Situationen gelassener begegnen kannst

**Dieser Workshop in 3 Worten:
kostenlos - interaktiv - stärkend**

**Melde dich an
oder stelle mir Fragen
unter:**

larissa@positive-force.com

START

