



CARSTEN PÄHLKE
Personalmanagement

Karriere- und Unternehmensberatung

Einladung zum Vortrag: Stressmanagement

Sehr geehrte Damen und Herren,
wir laden Sie herzlich zu einem interessanten und informativen Vortrag zum Thema „Stressmanagement: Erkennen und Umgang mit Stress – Mehr Gelassenheit im Leben und Berufsalltag“ ein.

Datum: 23.10.2024

Uhrzeit: 18:00 Uhr

Ort: Hamburger Str. 89a , 24558 Henstedt-Ulzburg in den Räumlichkeiten von CARSTEN PÄHLKE

In diesem Vortrag erfahren Sie, wie Sie mit alltäglichen Stressfaktoren besser umgehen können und welche Techniken Ihnen helfen, Ihre innere Balance zu finden. Die Referentin Anna Maywald hat jahrelange berufliche Erfahrung mit Menschen, die besonders belastenden Situationen ausgeliefert sind. Diesen wertvollen Erfahrungsschatz bringt sie in ihre Methoden des Stressmanagements ein. Freuen Sie sich auf praktische Tipps und bewährte Strategien, um den Stress im Alltag erfolgreich zu erkennen und zu bewältigen.

Anmeldung unter:

 Hamburger Str. 89a, 24558 Henstedt-Ulzburg

 04193 / 880 660

 info@carsten-paehlke.de

 www.carsten-paehlke.de

