



CHILL DOCH!



PUBLIKATION

SELBSTCOACHING-KALENDER

Der Kalender-Fächer „Chill doch!“ ist ein ganzjähriger Begleiter zu mehr Gelassenheit im (Arbeits-)Alltag. Im Verlauf von 52 plus eins Wochen werden Sie als LeserIn durch verschiedene Themen und inspirierende Zitate geführt. Mit hilfreichen Übungen und Impulsen erhalten Sie konkrete Anregungen, um dem oft stressigen Alltag entspannt zu begegnen.

Die Bilder der Künstlerin Silke Alizadeh stehen dabei im lebendigen Kontakt mit den Texten der Autorin Sandra Kuhn-Krainick und machen den Kalender zu einem Augenschmaus.

Der Selbstcoaching-Kalender ist auch Teil unseres nachhaltigen Qualifizierungsprogramms Jahresreise® Stressbewältigung und Burnout-Prävention für MitarbeiterInnen, Teams und Führungskräfte, die ihre eigene Stressmanagement-Kompetenz erhöhen und auch langfristig auf die eigene psychische Stabilität und Gesundheit achten wollen.

Preis: 14,80 €

HIER BESTELLEN



SANDRA KUHN-KRAINICK
DIPL.-PSYCHOLOGIN

Schälzigweg 31
D-68723 Schwetzingen
Tel. +(49) 6202 - 409 67 02

info@institut-kuhn-krainick.de
www.institut-kuhn-krainick.de
www.jahresreise.de