



2-tägiger Kurs

Stark im Stress, Gelassen im Jetzt

Dein Entspannungserlebnis

- Tiefenentspannung & Achtsamkeit
- Verständnis für Stressreaktionen
- Strategien zur Stressbewältigung
- Austausch & Selbstreflexion

Kerstin Euhausen

M. Sc. Psychologie (i.St.)

B. A. Prävention & Gesundheitspsychologie

Kursgebühr: 220,00 Euro

Bis zu 100 % Kostenerstattung



0152 373 191 84



praxis@kerstin-euhausen.de



Wann?

28.02./01.03.2026

10:00 - 15:00 Uhr

in Oldenburg

Balance Pool

