

MEHR LEICHTIGKEIT UND ENTSPANNTHEIT IM JOB UND ALLTAG!

Weg von

- ✗ Überforderung
- ✗ innerer Unruhe
- ✗ Stress
- ✗ Gefühl nichts zu schaffen

Hin zu

- ✓ Leichtigkeit
- ✓ Ruhe und Entspanntheit
- ✓ Positivität und Leistungsfähigkeit
- ✓ Stress als Ressource nutzen

Diana Ott

Stress-Coach,
psychologischer Berater

Melden Sie sich zu einem 20-minütigen kostenlosen
Kennenlerngespräch an bei dem wir uns gemeinsam Ihr aktuelles
Stresslevel anschauen und einen möglichen
Stressbewältigungsplan entwerfen.

☎ +4915785095661

✉ info@cottching.de



www.cottching.de



**Schon
gewusst?**

Viele Unternehmen haben ein Budget für das betriebliche Gesundheitsmanagement. Bringen Sie diesen Flyer in Ihr Unternehmen und fragen Sie nach einem Stresstraining für Sie und Ihre Kollegen!