PRESSEMELDUNG

Pressestelle:
mycicorporateidentityagentur
Dorfstraße 41a
25569 Krempermoor
Pressekontakt: René Schellhammer
E-Mail: rs@myci.biz
Telefon: +49 (0)700 – 11 22 4000
Telefax: +49 (0)4824 – 40 69 042
Homepage: http://www.myci.biz

Starke-Kurse in Bad Malente – kreativ dem Burnout vorbeugen
Entspannt leben im Hier und Jetzt

Bad Malente, 14.05.2013. Gesundheit ist unser höchstes Gut. Doch wie bei vielen anderen Dingen ist die Selbstverständlichkeit der eigenen Gesundheit erst in Frage gestellt, wenn diese abhandenkommt. Allgemein bekannt ist, dass ein gesunder und positiver Lebensstil der Gesunderhaltung förderlich ist und man dadurch vielen Krankheiten aus dem Wege gehen kann. Trotz vermehrter Aufklärung durch Ärzte und in den Medien sind die psychischen Krankheiten weiter auf dem Vormarsch. Ausgelöst durch Stress und Hektik z.B. am Arbeitsplatz nähern wir uns dem Burnout, bis es schließlich zu spät ist. Doch was kann ich tun um einem Ausbrennen vorzubeugen? Neben fachkundigem Rat beim Hausarzt gibt es Coachs und Trainer, die sich mit diesem Thema beschäftigen und mit glänzenden Resultaten überzeugen.

Susanne Petersen ist solch ein Coach. Die Sport- und Kunstpädagogin ist Burnout-Beraterin und Entspannungstrainerin und bietet in der Region Schleswig-Holstein und Hamburg ganzheitliche Seminare, Kurse und Workshops zur aktiven Gesunderhaltung und der Burnout-Prävention an. In den kreativen Entspannungsseminaren „NEUES ENTDECKEN“ fließen sowohl pädagogische als auch kreative und gesundheitsfördernde Erfahrungen der vergangenen Jahre ein. Neben den allgemeinen Kursen bietet Frau Petersen auf die Bedürfnisse von Arbeitgebern, Bildungsstätten und Verbänden abgestimmte Seminare an. Weitergehende Informationen zu den Seminarangeboten finden Interessenten auch auf der neuen Webseite unter www.starke-kurse.de.

Unternehmenskontakt:
Susanne Petersen - Starke-Kurse
Telefon: +49 (0) 4523 - 7862
E-Mail: info@starke-kurse.de
Internet: www.starke-kurse.de
Bruhnskoppeler Weg 25
23714 Bad Malente

Das Unternehmen

Susanne Petersen ist mit ihrer Marke „Starke-Kurse“ als Coach und Trainerin in Schleswig-Holstein und Hamburg tätig. Schwerpunkt der angebotenen Seminare ist, „Neues zu Entdecken“. Dies beinhaltet insbesondere Wege zur Kreativität, der Entspannung, mehr Gelassenheit und der Wiederentdeckung zur Naturverbundenheit. Diese Hilfe zur Selbsthilfe kann Kursteilnehmern eigene Werkzeuge zur Burnout-Erkennung und Burnout-Prävention vermitteln.

Alle Seminarangebote sind sowohl für Privatpersonen als auch für Unternehmen, Bildungsstätten und Verbänden interessant und als Einzel- und Gruppenseminar buchbar. Informationen zu Terminen und Veranstaltungen werden aktuell auf der Webseite unter www.starke-kurse.de veröffentlicht.