

23.01. 2017

Auch dieses Jahr: Stressmanagement mit Urlaubsfeeling

Von Stephanie Neuwald



Bild Rechte

Stephanie Neuwald

(München)(PPS) Einzigartige Stressmanagement und Burnout Präventions-Seminare in der Karibik 20.01.2017: Die Firma Stress-Los bietet auch dieses Jahr wieder in Costa Rica vom 07.05. – 21.05.2017 und vom 02.09. - 15.09.2017 die Möglichkeit, Unterstützung bei Stressproblemen mit Urlaub zu kombinieren. Die beiden Diplompsychologen Stephanie Neuwald und Steven Graves haben ein einzigartiges Therapieprogramm entwickelt, Stressprobleme auf allen Ebenen zu behandeln. Die Kraft von Meer und Regenwald unterstützen und beschleunigen die Erholung und die Therapieeffekte. Mit Hilfe von Neuro-Elektrischer Stimulation werden schnell und nebenwirkungsfrei Stresshormone abgebaut und das Botenstoffgleichgewicht im Gehirn wiederhergestellt. In Gruppen und Einzelgesprächen werden neue Wege zum Umgang mit Stress erarbeitet. Bewegung und Entspannungstechniken unterstützen den Stressabbau und bieten weitere Möglichkeiten des persönlichen Stressmanagements.

Dabei wird auch der entspannende Effekt der Urlaubsumgebung aktiv mit einbezogen. Mit Sport, Yoga, Achtsamkeitsübungen, Meditation sowie Wanderungen

am Strand, im Regenwald und an Wasserfällen wird die Kraft der Natur direkt genutzt. Stephanie Neuwald, Geschäftsführerin und Therapeutin der Stress-Los GbR erklärt: „Burnout-Prävention und Behandlung können nur wirksam sein, wenn der ganze Mensch mit Körper, Geist und Seele behandelt wird. Dabei spielt auch der positive Einfluss der Natur eine wichtige Rolle.“ „Das innovative Verfahren der Neuro-Elektrischen Stimulation gibt uns die Möglichkeit, Stimmung und Antrieb schneller und effektiver wieder auf ein Normalmaß zu steigern, als mit Medikamenten“ sagt Geschäftsführer Steven Graves.

Nach einem erfolgreichen Start des Unternehmens im November 2016 gibt die Stress-Los GbR auch 2017 die Gelegenheit, sich etwas Gutes zu tun und Urlaub als Stress-Coaching von der Steuer abzusetzen. Weitere Informationen finden Sie unter: stress-los.de

Video: youtube.com/watch?v=OLH71I1AXVs

Über die Organisation:

Die Stress-Los GbR bietet Seminare und Coaching im Bereich Stressmanagement, Burnout Prävention und Burnouttherapie an. Wir arbeiten mit einem ganzheitlichen Konzept und bieten Klienten aus dem deutsch-und englischsprachigen Raum die Möglichkeit, Stress Coaching und Urlaub in der Karibik zu kombinieren.

Pressekontakt:

Steven Graves und Stephanie Neuwald
Stress-Los Seminare und Coaching GbR
Stephanie Neuwald
Aramstr. 28
81371 München

Telefon: +49 (0)89 - 20 33 89 55
Mobil: +49 (0)160 - 350 757 0 E-Mail: [neuwald @ stress-los.de](mailto:neuwald@stress-los.de)
Internet: stress-los.de

Kategorie

Medizin & Gesundheit

Source URL: <https://www.presseportal-schweiz.ch/pressemeldungen/auch-dieses-jahr-stressmanagement-urlaubsfeeling>