

# Selbstkompetent zum Erfolg



## Dienstag 4. JUNI 18 - 21 Uhr Umgang mit Stress

Entdecken Sie, wie Sie Ihre individuellen Stressauslöser identifizieren und diesen mit persönlichen Ressourcen entgegenwirken können. Praktische Entspannungsübungen, welche sich einfach in Ihren Alltag integrieren lassen, helfen Ihnen auf Ihrem Weg zu mehr Ausgeglichenheit und Erfolg im Beruf und Alltag.

---

**PREIS PRO ABEND:** CHF 70,-- FÜR BOZ - MITGLIEDER  
CHF 75,-- FÜR NICHT - MITGLIEDER

**Anmeldung: Claudine Molinari - Integrativer Coach IBP**  
**Tel. 076 510 57 37    Mail: [info@klarraum.ch](mailto:info@klarraum.ch)**



**BOZ Bottminger Zentrum**  
Therwilerstrasse 14, Bottmingen  
[www.bottmingerzentrum.ch](http://www.bottmingerzentrum.ch)  
[info@bottmingerzentrum.ch](mailto:info@bottmingerzentrum.ch)

