

## EINLADUNG

### Thema

#### „Kleine Fluchten - Selbststeuerung der Gedanken“

- Stress erkennen und rechtzeitig vorbeugen
- Stresstechniken im Alltag erlernen und anwenden
- Kurzübung – autogenes Training

### Referenten

**Frau Angelika Melson**, Praxisconzept – Kursleiterin Autogenes Training

### Termin

Mittwoch, 22. Januar 2020 // 15:00 – 17:30 Uhr

### Ort

Agaplesion Diakonieklinikum Hamburg  
Konferenzraum 3  
Hohe Weide 17, 20259 Hamburg

Wir laden Sie herzlich zu diesem Seminar ein, das Ihnen helfen kann, den Herausforderungen des neuen Jahres gut gerüstet zu begegnen.

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt, wir bitten um verbindliche Anmeldung von max. zwei Teilnehmern pro Praxis  
Telefonisch unter: 2000 4500,  
per E-Mail an: [info@aerztenetz-hamburg.de](mailto:info@aerztenetz-hamburg.de) oder  
per Fax an 57 20 19 27 an.

Bitte bringen Sie bequeme/sportliche Kleidung mit.

Mit freundlichen Grüßen  
Dr. Anke Tietz  
für den Vorstand des ÄNHH

## ANMELDUNG

Bitte per Email an: [info@aerztenetz-hamburg.de](mailto:info@aerztenetz-hamburg.de)  
Oder auch gerne telefonisch unter 040-2000 4500  
oder Fax an 040-57201927

Für das Seminar „**Kleine Fluchten**“ am **22.01.2020** melden wir folgende  
MitarbeiterInnen verbindlich an:  
Max.2 Personen!


--

Unterschrift

--

Stempel

Bitte beachten Sie:

Ihre Anmeldung gilt als verbindlich. Eine Rückmeldung erhalten Sie nur, wenn die Veranstaltung bereits ausgebucht sein sollte. Bitte informieren Sie uns, sollte ein angemeldeter Teilnehmer kurzfristig verhindert sein!