

## Relaxed in den Urlaub- ein Widerspruch?!

Kostenfreier Info-Abend in der Praxis Hand in Hand Pr. Oldendorf-Bad Holzhausen.

Der Urlaub ist eine wertvolle Zeit, eine physische und psychische Tankstelle. Mit ihm verbinden wir die Hoffnung, zu relaxen und das Genießen endlich Dinge tun zu können, für die wir im Alltäglichen keine Zeit haben, oder besser gesagt uns keine Zeit erlauben zu nehmen. Oftmals stehen veränderte Lebenssituationen oder Verhaltensweisen (z.B. Konflikte) im Weg die Urlaubszeit auch genießen zu können. Es gibt Untersuchungen die besagen, dass viele Beziehungen und Ehen statistisch gesehen, nach Urlaubszeiten auffällig häufig getrennt oder sogar geschieden werden. Simone Redeker Heilpraktikerin (Psychotherapie) und Betriebliche Gesundheitsmanagerin (IHK) und Personal- & Persönlichkeitscoach Ralph-Michael Badke, haben gemeinsam ein Seminarangebot geschaffen, um vor Urlaubsantritt, eventuelle negative Faktoren zu "beseitigen".

Dazu laden wir zu einem kostenfreien Info-Abend am Freitag 15. Juni und alternativ am Freitag 22. Juni, jeweils von 18.30 Uhr – 20 Uhr in der Praxis Hand in Hand Hartenkampstr.29 in Bad Holzhausen ein.

Interessierte erhalten Einblicke zu Inhalten, Dauer und Kosten des Seminarangebots. Anmeldung ist erforderlich bis Mittwoch 13.06.2018 unter Tel. 05742/50196-49 oder über [www.bgm-redeker.de](http://www.bgm-redeker.de)

Wir freuen uns Sie begrüßen zu dürfen.

Mit freundlichen Grüßen

Ralph-Michael Badke & Simone Redeker



**RB** Ralph  
Michael  
Badke  
Personal- &  
Persönlichkeitscoach