

VINTERERBJUDANDE!



Stress utgör ett av de största hoten mot folkhälsan. Krav på högre effektivitet, högt arbetstempo, oregelbundna arbetstider, ökad tillgänglighet, att kunna hantera ny teknologi med mera har medfört att de stressrelaterade sjukdomarna ökat drastiskt under de senaste åren. Känslan av att inte hinna med, vare sig på jobbet eller hemma, gör att vi mår sämre och förlorar balansen mellan arbete och fritid.

Att lära sig hantera stress är inte detsamma som att lära sig att klara av mer stress. Genom att anpassa kraven och förstärka möjligheterna att mildra effekterna av sådant som stressar kan man uppnå en optimal stresshanteringsnivå.

Boka gratis möte

Passa på att boka ett gratis möte hos Héléne Stolt, legitimerad psykoterapeut och socionom.

Du kan få ett gratis möte om du bokar mötet före årsskiftet i mån av bokningsbara tider. Du binder inte upp dig för eventuellt fortsatta bokningar hos oss. Du binder inte upp dig för några kostnader för mötet. Erbjudandet gäller endast nya kunder.

Erbjudandet gäller för kunder som bokar mötet under perioden 28 november – 31 december 2021. Mötet kan ske genom personligt besök hos oss i Västerås eller per telefon.

Boka möte

Du bokar möte genom att mejla till info.ledarskapsutveckling.eu. Uppge namn, adress och telefonnummer.

Uppge kod "december-2021" i mejlet. Uppge också om du vill ha mötet genom personligt besök hos oss i Västerås eller via telefon. Vi återkommer i mejl till dig om bokad tid för möte.

Om oss

Héléne Stolt Psykoterapi & Ledarskap AB erbjuder tjänster inom psykoterapi, ledarskapsutveckling, coaching, handledning, utbildning och stresshantering. Vi har verksamhet i Västerås (inom pendlingsavstånd från Enköping, Eskilstuna, Sala, Örebro med flera) samt över större delen av landet genom uppdragsverksamhet. Vi har kvalitetssäkrade processer över hela vår verksamhet.

Héléne Stolt är konsult i verksamheten sedan 1999. Hon är legitimerad psykoterapeut, socionom och beteendevetare samt specialist på psykosociala arbetsmiljöfrågor.