




Sie haben Stress?

**HIER FINDEN SIE
ANSPRECHPARTNER**

 **Corona-Stress: Wir helfen mit
psychologischem Video-Coaching**

 **Infos zur Coronakrise**

Sehr geehrte Damen und Herren,

Corona-Stress – wir helfen mit psychologischem Video-Coaching

Seit 30 Jahren arbeiten wir weltweit führend in der Stressforschung. Wenn es um geeignete Prävention, erfolgreiche Maßnahmen, Resilienz, etc. geht, sehen wir immer wieder wie wichtig neben Bewegung, Ernährung, Entspannung, Organisation vor allem auch unsere sozialen Kontakte sind. Diese wichtige Säule der Stressresilienz bricht gerade angesichts der allgemein empfohlenen Maßnahmen zur Begrenzung der COVID-19 Infektionsgefahr weitgehend weg. Dabei wären die sozialen Kontakte und die Kommunikation in der jetzigen, von Unsicherheit geprägten Situation mit fehlenden geordneten Strukturen für sehr viele Menschen äußerst wichtig und hilfreich.

Das StressZentrum Trier bietet daher verstärkt und unkompliziert Hilfe durch ein Video-Coaching an. Die Kommunikation auf unserer sicheren hauseigenen Internetplattform erfüllt alle Voraussetzungen für ein erfolgreiches Coaching und unsere Klienten und Coaches sind sehr zufrieden. Damit angesichts der wirtschaftlich schwierigen Lage unsere Hilfeleistung für größere Kreise erschwinglich ist, bieten wir einen Sondertarif von 79€/Stunde an.

Wie funktioniert es? Folgende Schritte:

1. Sie bestellen ein Video-Coaching indem Sie die Video-Coaching-Vereinbarung auf unserer Website unter [Downloadcenter](#) ausdrucken und ausgefüllt und unterschrieben an [info\(at\)stresszentrum-trier.de](mailto:info(at)stresszentrum-trier.de) senden.

2. Wir vereinbaren mit Ihnen einen Termin für ein Video-Coaching und schicken Ihnen einen Link per E-Mail zu.

3. Sie entscheiden, ob weitere Coachingtermine hilfreich sind und bestimmen auch die Häufigkeit bzw. die zeitliche Abfolge. Eine Verfügbarkeit unserer Coachs immer vorausgesetzt.

4. Sie erhalten die Rechnung monatlich per E-Mail.

Wir hoffen, damit vielen betroffenen Menschen zu helfen und sie mit unserer Unterstützung in die Lage zu versetzen, gestärkt und aktiv mit dieser dramatischen Lage umzugehen. Gerade jetzt müssen wir handlungsfähig bleiben!

Bleiben Sie gesund und seien Sie herzlich begrüßt aus Trier!
Ihre

Dr. Juliane Hellhammer

- Institutsleiterin & Stressmanagement Trainerin -

Das StressZentrum Trier – eine Einrichtung der daacro GmbH & Co. KG

daacro GmbH & Co. KG

Max-Planck-Straße 22

D-54296 Trier

Tel.: +49 (0)651 9120 494

Fax: +49 (0)651 9120 564

www.stresszentrum-trier.de

Geschäftsführung:

Dr. Juliane Hellhammer

Handelsregister: R.G. Wittlich · HRA 40 100

USt-IdNr.: DE250253105