



**EINTRITT  
FREI**

# GESUNDHEITSVORTRAG

## STRESS DICH RICHTIG

*Stress erkennen,  
verstehen und gut  
damit leben.*

**SAMSTAG,**  
29.03.2025  
19 Uhr

**REFERENTIN**  
Katja Riedlinger  
Ganzheitliche  
Gesundheits-  
beraterin des DVG

**ORT**  
Kriegsstraße 84  
76133 Karlsruhe

**DVG**  
Deutscher Verein für  
Gesundheitspflege e.V.  
Karlsruhe



Freikirche der  
Siebenten-Tags-Adventisten  
in Karlsruhe

GESUNDHEITSVORTRAG

# STRESS DICH RICHTIG

*Stress erkennen, verstehen und gut damit leben.*

Stress kennt jeder in seinem Leben. Viele Menschen leiden sehr darunter und werden auch davon krank. Wie entsteht Stress, wie gehe ich persönlich mit Stress um und wie kann ich ganz praktisch mein Stresslevel verändern? Darum und um mehr zum Thema Stress geht es an diesem Seminarabend.

info@dvg-karlsruhe.de  
www.dvg-karlsruhe.de

livestream:  
www.gesundheit.dvg-karlsruhe.de



Freikirche der  
Siebenten-Tags-Adventisten  
in Karlsruhe



Deutscher Verein für  
Gesundheitspflege e.V.  
Karlsruhe

