

---

Lehman & Partners har mere end 14 års erfaring i markedet og er specialiserede i stress og angst forløb samt det psykiske arbejdsmiljø.

Vores tværfaglige team består bl.a. af psykologer, psykoterapeuter, coaches, afspændings- og mindfulness instruktører.

---



**Lehman**  
*Partners*

*Hjælper dig med at finde fodfæste*

**Skodsborg:** Grevinde Danners Palæ, Skodsborg Strandvej 113, 2942 Skodsborg

**Aabenraa:** Michael Jepsens Plads 1-3, 2. sal, 6200 Aabenraa

[www.lehman-partners.dk](http://www.lehman-partners.dk)

# STAY WELL

6 ugers helhedsorienteret  
online forløb med fokus på  
et balanceret arbejdsliv/privatliv



**Lehman**  
*Partners*

*Hjælper dig med at finde fodfæste*



## Oplever du:

Øget bekymring, tankemylder, irritation, koncentrationsbesvær, tristhed, angst, dårlig søvn, isolation?

Uanset symptomer er der hjælp at hente på vores 6 ugers online forløb.

**Få effektive og evidensbaserede teknikker og værktøjer, der er hurtigt omsættelige i en travl hverdag og som kan hjælpe dig med at komme i bedre trivsel.**

## Indhold:

**3 x online seminarer**

**6 x mindfulness**

**2 x 45 min. individuelle samtaler**

For opstart og valg af online seminarer

## Kontakt:

Mia Dørre

Email: [mia@lehman-partners.dk](mailto:mia@lehman-partners.dk)

Mobil: 4043 3313

