

Im Rahmen meiner Sprechstunde können Sie sich Informationen, Anregungen und Unterstützung zu allen Themen holen, die für Ihre **Gesundheit** und Ihr persönliches **Wohlbefinden** wichtig sind.

Mögliche Themen:

- Umgang mit Überlastung, Stress, Zeitdruck
- Schlafprobleme, Nervosität, richtig Abschalten
- Konflikte im Team, mit Kolleg:innen/Vorgesetzten
- häufige negative Stimmung (traurig, gereizt, grantig)
- Private Belastungssituationen
- Veränderung usw.



Auch wenn Sie sich nicht sicher sind, dass ich die richtige Ansprechpartnerin für ein bestimmtes Thema bin - fragen Sie trotzdem!

Bitte kontaktieren Sie mich, um an einem der unten genannten Tage einen Termin zu vereinbaren:
Petra Keplinger MSc, 0676/84 7002 645 oder keplinger@amd.at

Domgasse 1, Raum: DO0443, 4. Stock (bei Kuki-Kiste)

**Dienstag, 20. Februar | Dienstag, 12. März | Dienstag, 14. Mai |
Dienstag 16. Juli, Jeweils von 8:00 bis 12:00**

WICHTIG!!! Als Psychologin unterliege ich der Schweigepflicht, d.h. ich darf Dinge, die wir besprechen, nicht an andere weitergeben, außer Sie möchten das und geben mir ausdrücklich die Erlaubnis dafür.