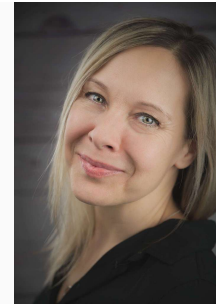


### Verantwortung.Macht.Freude.

Future Star Patricia Braun, erfahrene Flugbegleiterin und ehemalige Polizistin, kennt Stress aus lebensbedrohlichen Situationen. Als Keynote Speakerin nutzt sie ihre Erfahrungen, um anderen zu veranschaulichen, wie sie souverän mit Stress umgehen können. Mit einem Hintergrund in Sportwissenschaften und Psychologie leitet sie eine erfolgreiche Praxis als Coach und Heilpraktikerin, um Menschen bei der Stressbewältigung und der Entfaltung ihres Potenzials zu unterstützen. In mitreißenden Vorträgen nimmt Patricia Braun ihr Publikum mit auf eine faszinierende Reise durch Gewitterfronten und unvorhergesehene Ereignisse. Dabei zeigt sie, wie Selbstfürsorge und Teamgeist dazu beitragen, stressige Situationen zu meistern und sicher Ziele zu erreichen. Sie betont die Bedeutung der ganzheitlichen Gesundheit und der Verbindung zwischen Stress, Ernährung und körperlichem Wohlbefinden für individuellen und unternehmerischen Erfolg. Ihre klare Botschaft lautet: Mut, Selbstverantwortung und aktives Handeln sind der Schlüssel, um aus der Stressfalle zu entkommen, Ziele zu erreichen und das Leben in vollen Zügen zu genießen.



Heilpraktikerin, Sportwissenschaftlerin, Coach

Fachgebiet/e: Raus aus der Stressfalle, Ganzheitliche Gesundheit, Teambuilding

Sprachen: deutsch

## VORTRÄGE

- Von Cortisol zu Dopamin: Raus aus der Stressfalle
- Raus aus dem Popcornmodus - rein in dein wahres Leben
- Ready for take off! Rein in dein Leben und gemeinsam zum Ziel!



BERATUNG@5-STERNE-REDNER.DE



+49 (0) 821 790040-10

[www.future-stars.de](http://www.future-stars.de)



**WERDE TEIL EINER BEWEGUNG.**