

## **Mit einem Lächeln ans Ziel**

### **Das Wundermittel für alle Lebenslagen - Humor**

Herzlich lachen oder einfach nur schmunzeln - und schon sind Sie in einem Modus, der Sie mit viel mehr Leichtigkeit mit den kleinen oder großen Herausforderungen des Alltag umgehen lässt.

In diesem Vortrag/ Seminar erfahren Sie, woher diese Wirkung kommt und welche Veränderungen sie tatsächlich bewirkt.

Vor allem erwartet Sie ein Potpourri an Methoden, mit denen Sie Humor im Alltag mehr einsetzen können und so zu mehr Gelassenheit und Energie kommen.

Wir probieren die Methoden gleich vor Ort aus und Sie nehmen mit, was sich gut und brauchbar für Sie anfühlt und ist!

Referentin:

Antje Weidling, Coach, Supervisorin (DGSv) und Dipl.-Ökonomin, Bad Nauheim

Veranstaltungsdauer:

Die Veranstaltung kann als Vortrag von 2-3 Stunden gebucht werden oder als Tagesseminar mit 6-7 Stunden

Maximale Teilnehmerinnenzahl:

8 – 12 Teilnehmerinnen

Benötigte Technik und Stuhl-/ Tischstellung :

Stuhlkreis, Flipchart, Moderationskoffer mit Karten, Metaplan-Wand, evtl. Beamer und Leinwand