

Online-Angebot/ Vortrag für Frauen: Glück und Zufriedenheit leben Das Leben ist zu kurz für irgendwann

Wir wollen erfolgreich, zufrieden, gesund und glücklich sein. Sind wir dann endlich am Ziel angekommen, erleben wir keine Zufriedenheit. Warum ist das so und wie können wir es schaffen innere Zufriedenheit und Glück dauerhaft zu empfinden?

Manchmal verpassen wir das Glück, weil wir mit den falschen Gedanken beschäftigt sind. Jede definiert Glück und Zufriedenheit anders, abhängig von der eigenen Sichtweise und ihrer inneren Einstellung. Glück und Zufriedenheit können dauerhaft auch in Ihrem Leben sein. Sie selbst haben es in der Hand.

Im Workshop erleben Sie sich selbst. Sie erkennen, wie Sie mit kleinen Dingen bereits Glück und Zufriedenheit erleben können.

Inhalte:

- Wahrnehmen und beobachten
- Dankbarkeit verstehen, erleben und umsetzen
- Im JETZT sein – Wirkung erleben und im Alltag integrieren
- Selbstvertrauen stärken – wer und was stärkt mich und was wirft mich aus der Bahn
- Werte erkennen und wahrnehmen – wofür stehe ich selbst
- Der innere Dialog
- Gelassenheit in den Alltag integrieren durch Lach-Übungen und Atemtechniken

Referentin:

Kathrin Laborda, Beziehungskoach, Mentaltrainerin und Speakerin, international zertifizierte NLP Trainerin (Richard Bandler) und Kinder- und Jugendcoach, Kauffrau für Bürokommunikation, Personalkauffrau, langjährige Personalreferentin, Hofheim

Dauer:

60 – 90 Minuten

Hinweise zu den Online-Angeboten vom BüroF:

Die Teilnahmezahl bei allen Online-Angeboten wird begrenzt und der Anmeldeschluss ist immer einen Tag vor der jeweiligen Veranstaltung. Die Kosten pro Online-Vortrag belaufen sich auf 150 Euro zzgl. Servicepauschale. Haben Sie Interesse, für Ihre Frauen vor Ort oder Ihre Frauengruppe ein solches Online-Angebot anzubieten? Sie haben Fragen zu unseren Online-Angeboten?

Melden Sie sich bei uns:

E-Mail: frauen@buero-f.de

Telefon: 0611/ 15 78 60