Paket P-0523585

Seminar ohne Übernachtung

Gut in der Balance bleiben

Wie gelingt eine gesundheitsfördernde und sinnerfüllende Lebensbalance?

Seminarbeschreibung

Insbesondere leistungsorientierte und verantwortungsvolle Menschen bewegen sich oft in Zwickmühlen zwischen diversen Lebensbereichen ("Erwartungsfeldern") wie z.B. Arbeit und Leistung, Familie/ Freundschaften, körperliche Gesundheit, und generelle Sinn- Gestaltung und "einfach nur mal driften…". Sie entscheiden sich dabei oft (unbewusst) einseitig für Pflichterfüllung und gegen die Bedürfnisse ihres Organismus.

Paket-Nummer: 0523585

Region:		Gesamt-Deutschland
Teilnehmer:		8 - 12 Teilnehmer
Verfügbarkeit:		ganzjährig
Dauer:		6 Stunden
Mögliche Sprachen:		Deutsch, Englisch
Preis zzgl. MwSt:		ab **2.400,00 € pauschal**

Beschreibung

Im Workshop wird aufgezeigt, wie mit Erkenntnissen aus der modernen Hirnforschung eine optimale, gesundheitsfördernde und sinnerfüllende Lebensbalance zwischen unterschiedlichen Erwartungsfeldern entwickelt werden kann.

Paket P-0523585

Seminar ohne Übernachtung

Gut in der Balance bleiben

Wie gelingt eine gesundheitsfördernde und sinnerfüllende Lebensbalance?

Lernziele

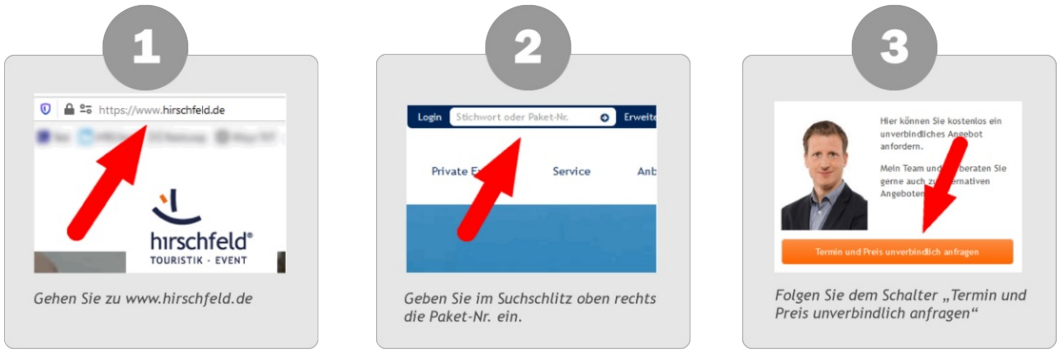
Die Teilnehmer:innen werden zur Selbstreflexion eingeladen und bekommen Strategien vermittelt, die eigenen Bedürfnisse besser zu steuern und ihr eigenes Leben ausgeglichen zu gestalten.

Zielgruppe

Leistungsorientierte und verantwortungsvolle Menschen, und sich oft in Zwickmühlen erleben; es oft besonders gut machen wollen.

Leistungen inkl.

- Vorgespräch mit dem Auftraggeber
- Teilnehmerunterlagen

Wie Sie in 3 Schritten ein individuelles Angebot für diese Programm-Idee kostenfrei anfordern und offene Fragen klären können

www.hirschfeld.de - Paket-Nr. 0523585