

## Holger Kracke

„Feeling good in challenging times!“



### Programm-Idee

Die Medien bezeichnen ihn als Mr. Feelgood, und genau das ist das Credo von Holger Kracke. "Gut fühlen als Schlüssel: Der Mensch in Zeiten der Veränderung" - mit dieser unterhaltsamen, überraschenden und dennoch alltagsnahen Perspektive fesselt Holger Kracke sein Publikum vom ersten Moment an. Er zeigt, wie wir den zunehmenden Herausforderungen begegnen und Veränderungen zu unserem Verbündeten machen können. Sein Fokus liegt darauf, wie wir uns wohl, zufrieden und leistungsfähig fühlen können und diese Zustände dauerhaft aufrechterhalten. Als Autor, Unternehmer, Trainer und Vorsitzender des Bundesverbandes für Burnout-Prävention ist Holger Kracke weltweit aktiv. Seine Reisen dienen der ständigen Suche nach neuen Methoden zur Steigerung von Wohlbefinden und individueller Balance. Heute gilt...

Paket-Nummer: 0509997

Region:	 Gesamt-Deutschland
Teilnehmer:	 1 - 1.000 Teilnehmer
Verfügbarkeit:	 ganzjährig
Dauer:	 1.5 Stunden
Mögliche Sprachen:	 Deutsch, Englisch

**Hinweis zur inhaltlichen Verantwortung:** Dies ist kein bindendes Vertragsangebot, sondern eine Programm-Idee. Die Inhalte dieser Programm-Idee (z. B. Bilder, Beschreibungen, Leistungsangaben) wurden durch den jeweiligen Anbieter auf der Plattform hirschfeld.de bereitgestellt. Hirschfeld & Heide GmbH & Co. KG stellt diese Inhalte ausschließlich im Rahmen einer technischen Vermittlung dar und übernimmt keine Verantwortung für deren Richtigkeit, Vollständigkeit oder Rechteinhaberschaft. Alle Angaben stammen vom jeweiligen Anbieter. Urheber- und Nutzungsrechte verbleiben bei den jeweiligen Rechteinhabern. Bei Anfragen zur Rechteinhaberschaft der dargestellten Inhalte geben wir unverzüglich Auskunft über den Anbieter, der für die Inhalte verantwortlich ist.

## Referent

# Holger Kracke

„Feeling good in challenging times!“

### Beschreibung

Themen:

Krise? Kann ich. - Wie du Gelassenheit kultivierst, wenn's drauf ankommt

Ein Vortrag, der Gelassenheit nicht nur erklärt, sondern erlebbar macht - und Lust darauf, den Herausforderungen des Lebens mit Klarheit, Stärke und Humor zu begegnen.

Gelassenheit ist kein Zufallsprodukt - sondern eine Fähigkeit

Praktische Wege zur inneren Ruhe - auch wenn außen alles tobt

Kleine Schritte, große Wirkung: Alltagstools für echte Veränderung

Stay calm and feel good - so geht Gutfühlen in herausfordernden Zeiten!

Genießen Sie einen motivierenden, Mut machenden Vortrag.

Mit Leichtigkeit, überraschender Tiefe, neuen Erkenntnissen und Inspiration.

Weshalb wir uns auf die Zukunft freuen können und wie es uns spielerisch einfach gelingt, uns an Veränderungen anzupassen.

Tanzen im Sturm - Gutfühlen, wenn das Leben wackelt

Ein Vortrag über innere Stärke, echte Lebensfreude und die Kraft der kleinen Entscheidungen

Gelassenheit ist keine Superkraft - sondern eine Entscheidung

Wie das Leben inmitten der Unruhe trotzdem einen „Flow“ finden kann, wenn wir es zulassen

Vom „Ich muss“ zum „Ich will“ - und wie du deinen inneren Dialog ins Positive drehst

### Anbieter-Bewertungen

1 abgegebene Bewertungen		4.67 von 5 Sternen
Preis/Leistungsverhältnis:		4.00 von 5 Sternen
Vollständigkeit der Leistungen:		4.00 von 5 Sternen
Freundlichkeit des Personals:		5.00 von 5 Sternen
Zutreffen der Beschreibung:		5.00 von 5 Sternen
Erwartungen erfüllt?		5.00 von 5 Sternen
Persönliches Engagement:		5.00 von 5 Sternen

### Wichtige Hinweise

#### TECHNIK

Folgende technische Unterstützung wird vom Referenten benötigt: Beamer

Es sind Ton- oder Filmaufnahmen in der Präsentation vorhanden

Der Referent wünscht folgende Art von Mikrofon ab 30 Personen: Handmikro; Headset

Betriebssystem: Apple

Folgendes Equipment wird benötigt:

Sonstiges: Tisch, Präsentation in 16:9, Wasser ohne Kohlensäure

## Holger Kracke

„Feeling good in challenging times!“

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

[www.hirschfeld.de](http://www.hirschfeld.de) - Paket-Nr. 0509997



**Hinweis zur inhaltlichen Verantwortung:** Dies ist kein bindendes Vertragsangebot, sondern eine Programm-Idee. Die Inhalte dieser Programm-Idee (z. B. Bilder, Beschreibungen, Leistungsangaben) wurden durch den jeweiligen Anbieter auf der Plattform hirschfeld.de bereitgestellt. Hirschfeld & Heide GmbH & Co. KG stellt diese Inhalte ausschließlich im Rahmen einer technischen Vermittlung dar und übernimmt keine Verantwortung für deren Richtigkeit, Vollständigkeit oder Rechteinhaberschaft. Alle Angaben stammen vom jeweiligen Anbieter. Urheber- und Nutzungsrechte verbleiben bei den jeweiligen Rechteinhabern. Bei Anfragen zur Rechteinhaberschaft der dargestellten Inhalte geben wir unverzüglich Auskunft über den Anbieter, der für die Inhalte verantwortlich ist.