

Referent

## Frédéric Letzner






Frisch, amüsant und ehrlich-provokant



### Programm-Idee

Themen: Heldendilemma: Die Grenzen der menschlichen Leistungsfähigkeit Wie Sie das richtige Maß zwischen Anspannung und Entspannung finden und Ihre Leistungsfähigkeit nachhaltig sichern Wie Sie Ihre Achtsamkeit schärfen, körpereigene Signale rechtzeitig erkennen und das eigene Handeln positiv lenken Wie Sie mit professioneller Gelassenheit den Überblick bewahren, alle Herausforderungen meistern und klare Entscheidungen treffen Die Psychologie vom Schweinehund - Warum wir uns unvernünftig verhalten Wie Sie die Marotten Ihres inneren Schweinehundes erkennen Warum Ihr Schweinehund genau das tut, was Sie brauchen Mit welchen Tipps & Tricks Sie Gewohnheiten langfristig verändern Mensch ist keine Maschine - Gesunde Unternehmenskultur, gesundes Unternehmen Wie Sie dem...

Paket-Nummer: 0523800

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

### Beschreibung

Frédéric Letzner, Speaker, Autor, Ernährungswissenschaftler (M.Sc.) ist ein Experte, wenn es um das Thema Gesundheit- und Ernährungspsychologie geht. Seit über zehn Jahren prägt dieses Thema sein Handeln auf verschiedensten Ebenen. Als Ernährungsberater und Ernährungstherapeut mit eigener Praxis erlebte er, dass es bei der Arbeit mit Menschen weniger um das Vermitteln von Informationen geht, sondern die Themen "Motivation", "Selbstführung" und "Verhalten" wesentlich relevanter sind. Diese Erkenntnis brachte ihn an den Punkt, die Psychologie hinter dem Gesundheitsverhalten zu fokussieren. Anfang 2020 wurde er von der German Speakers Assosiation e. V. zum besten Newcomer Deutschlands mit dem "GSA-Newcomer Award 2020" gekürt. Frédéric Letzner hat mit seinem Buch seine bisherige Arbeit, gewohnt humorvoll und provokant, schriftlich zusammengefasst. Heute ist er deutschlandweit in Unternehmen und Kongressen sowie regelmässig als Experte in Funk und Fernsehen und begeistert mit verblüffenden Geschichten, die einfach nachzuvollziehen sind. Er macht Lust, kontraproduktive Gewohnheiten zu hinterfragen und sie zu verändern.

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

### Frédéric Letzner

Frisch, amüsant und ehrlich-provokant

#### 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

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

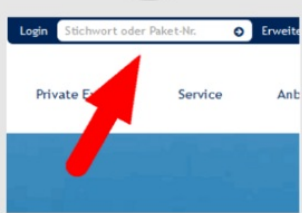
**www.hirschfeld.de - Paket-Nr. 0523800**

**1**



Gehen Sie zu [www.hirschfeld.de](https://www.hirschfeld.de)

**2**



Geben Sie im Suchschlitz oben rechts die Paket-Nr. ein.

**3**



Folgen Sie dem Schalter „Termin und Preis unverbindlich anfragen“

**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.