



Burnout Prävention - Eigene Ressourcen wertschätzen

Seminarbeschreibung:

Nehmen Sie sich Zeit zum Bewusstwerden, Reflektieren und richten Sie sich neu aus. Entwickeln Sie das Bewusstsein im Umgang mit Ihren Ressourcen. Nehmen Sie sich Zeit, um sich über Ihre Visionen, Wünsche und Ziele bewusst zu werden.

Lernen Sie wieder auf Ihre innere Stimme zu hören. Nutzen Sie Ihre innere Quelle zu nutzen, um mentale Fitness zu erlangen, die Ihnen erst zu einem energiereichen und selbstbestimmten Leben verhelfen.

Seminardauer:

9:30 Uhr - 16:30 Uhr

Seminarort:

Siehe unter "Aktuelle Termine"

Teilnehmer:

maximal 12 Teilnehmer/-innen pro Gruppe

Seminarinhalt:

- Erstellen einer eigenen Lebensinventur
- Wie wächst Selbstvertrauen und Achtung
- Vorteile einer gesunden Work-Life-Balance
- Erstellen einer eigenen Lebensphilosophie
- Entschleunigung des Augenblicks und das Überprüfen von Zielen und Prioritäten
- Das Beziehungs- & Leader-Management
- Ruhe, Harmonie und Meditation
- u.v.m.

Seminartermin:

Siehe unter "Aktuelle Termine"

Seminarkosten:

Pro Person 279.- Euro inkl. MwSt. /
(ohne Verpflegung und Übernachtungskosten)

**JETZT
ANMELDEN**

Anschrift

MARAS-Seminare
Heinz Jürgen Maras
Lindenstraße 2/b
86579 Waidhofen

Kontakt

Tel. + 49 - 84 43 / 9 10 50
Fax + 49 - 84 43 / 9 10 50
info@maras-seminare.de
www.maras-seminare.de