

Centrum für Selfness-Coaching & Work-Life-Balance



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



Burnout Prävention – Es ist Zeit zu handeln!

Seminarbeschreibung:

Dieses Seminar zeigt Ihnen, warum die Investition ins Humankapital und Burnout-Prävention erstaunliche Renditen mit sich bringen. Es geht um **Salutogenese** und um **Körper, Geist und Seele**.

Es geht in erster Linie um die **mentale Fitness** und **psychische Gesundheit**.

Noch zu keiner Zeit in der menschlichen Geschichte, wurde soviel Geld aufgewendet für die Wiederherstellung der Gesundheit. Und dennoch bin ich heute der Meinung, dass es zu keiner Zeit so viele "kranke Menschen" gegeben hat wie heute.

Seminardauer:

9:30 Uhr - 16:30 Uhr

Seminarort:

Siehe unter "Aktuelle Termine"

Teilnehmer:

maximal 12 Teilnehmer/-innen pro Gruppe

Seminarinhalt:

- Verstehen Sie die Sprache unseres Körpers
- Wie kann man mit den eigenen überholten und alten Denkmustern besser umgehen
- Wie kann man sich täglich neu motivieren
- Wie kann man mit weniger Zeit und weniger Energieaufwand das gleiche erreichen
- Das Geheimnis des Selbstwertgefühls
- Wie kann man es schaffen, um nicht das Leben der „Anderen“ zu leben
- 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

UST-IdNr. DE 18 88 16 838