

Wer bin ich und wo möchte ich hin?

Finden Sie es heraus durch eine einfache Frage:

„Wie sieht mein persönlicher Lebensgenuss aus?“

Die Antworten können überraschen, verändern, frei machen, Erkenntnisse geben, Mut bringen,
ein längst überfälliger Anstoß sein,
für ... Ihren Weg in die Zukunft, zu Ihren Visionen, Zielen und Wünschen!

Tagesinhalte 10.00 - 17.00:

Eröffnung/Kennenlernrunde - Was ist Lebensgenuss & weshalb ist er für den Menschen essentiell? - Was mag/liebe ich überhaupt? - Was wünsche ich mir? - Was hält mich davon ab das Leben, oder allgemein zu geniessen? - Wie sieht mein Stressbarometer aus? - Welche Möglichkeiten besitze ich zum regenerativen Selbstmanagement?

12.30 - 13.15: Mittagspause

Was macht Lebensgenuss mit mir? - Wann habe ich, oder nehme mir Zeit für Genuss? - Wie habe ich in der Vergangenheit Genuss erlebt? - Wie sieht mein persönlicher Leitfaden für Genuss aus? - Wann fange ich damit an? - Abschlussrunde/Feedback.

Seminarort: Oranienstr. 40, 47051 Duisburg
Investition: 89,00 € incl. MwSt.
Anmeldung: info@waschat-graef.de oder 0203 39 38 94 00

Zu allen Seminaren und Workshops stellen wir Getränke und köstliche Speisen bereit.
Vegetarische und vegane Alternativen werden ebenfalls berücksichtigt.

Wir freuen uns auf Sie und wünschen Ihnen viel Spass & spannende Stunden mit uns.

