



Academy4socialskills

Ihre Lebensfeuranalyse

Ein Spiegel Ihrer eigenen Gesundheit

IHRE LEBENSFEUERANALYSE EIN SPIEGEL IHRER EIGENEN GESUNDHEIT

FOCUS UND ZIEL DES SEMINARS:

Das eigene Leben wie einen Energiehaushalt verstehen lernen und es professionell und nachhaltig führen. Gelassenheit gewinnen, bewahren und die persönliche Lebensenergie wie von selbst immer wieder erneuern durch bewusstes wahrnehmen, entspannte Konzentration und wirkungsvolle Regeneration.

Lernen Sie selbst zu einer ausgeglichenen Persönlichkeit zu werden und um sich herum ein Wohlfühlklima schaffen in dem die Energiebilanz, die Kommunikation und der Umgang mit Konflikten stimmen.

Lernen Sie mit klaren Intentionen ihre Lebensenergie zu bündeln um die wesentliche Dinge des Lebens zu genießen.

Des Weiteren vermitteln wir Ihnen im Workshop einfache und wertvolle Tipps und Tricks rund um das Thema Lebensenergie und Vitalität.

NUTZEN:

Verleihen Sie ihrem Dasein wieder mehr Schwung und entfachen Sie ihr Lebensfeuer neu.

ZIELGRUPPE:

Personen, die ihre Energie und Vitalität steigern möchten um den Lebenskompass neu auszurichten.

TERMINE/ORT

Siehe Homepage.

Interne Termine auf Anfrage.

KOSTEN:

Pro Teilnehmer 350,- Euro exkl. Mwst. oder als intern durch geführtes Training der vereinbarte Tagsatz.

Weitere Informationen erhalten Sie von Ursula della Schiava-Winkler per Email: office@socialskills4you.com oder telefonisch unter: +43/1/4087717 sowie +43/664/1012768

INHALTE:

Ihr Herz weiß mehr als Sie glauben! Es zeigt Ihr individuelles Lebensfeuer als Ergebnis einer 24-Stunden EKG-Messung. Ob es sich dabei um ein Feuerwerk der Vitalität handelt oder ob es ein Burnout im eigentlichen Sinn ist hängt von Ihnen ab. Ihr Lebensstil und Ihre Gesundheit können jetzt als Bild dargestellt werden: Ihr individuelles Lebensfeuer!

Das Lebensfeuer im Betrieb:

Sehen Sie selbst was Ihrer Gesundheit zuträglich ist und was nicht. Bauen Sie Ihre Ressourcen weiter aus und ändern Sie die Belastungen Ihres Alltags. Die 24-Stunden-HRV-Messung ist der einfache und zeitgemäße Weg den Gesundheitszustand zu ermitteln. Erkennen Sie Burnout gefährdete Mitarbeiter und Kollegen frühzeitig und nützen Sie den ressourcenorientierten Zugang des Lebensfeuers. Die Kombination aus Messung und individueller Beratung ist ein professionelles Instrument im betrieblichen Gesundheitsmanagement.

Verbessern Sie Ihre Leistungsfähigkeit indem Sie Ihren Arbeitsablauf an Ihren biologischen Rhythmus anpassen.

Klären Sie, welche Aufgaben Ihnen stressbedingten Schaden zufügen.

Besteht eine Burnoutgefahr?

Messen Sie Ihre Schlafqualität und vermindern Sie Tagesmüdigkeit.

Wann und wie oft brauche ich Pausen um ideal zu arbeiten.

Soll ich körperliche Bewegung machen oder mich besser schonen?

Wie steht es um meine geistige Vitalität?

Das Lebensfeuer für Einzelpersonen:

Erfahren Sie, wie alt Sie laut biologischem Alter wirklich sind.

Sehen Sie, wie sich Ihr aktueller Lebensstil auf Ihre Gesundheit auswirkt.

Lernen Sie mit Gesundheitsbelastungen professionell umzugehen.

Das Lebensfeuer im Sport:

Welche Art der Regeneration ist für mich die Beste?

Wie steht es um meine körperlichen Reserven?



ANMELDUNG

Academy4socialskills
Lerchenfelderstraße 120/10, AT-1080
Wien
telefonisch oder per Fax: +43/1/4087717
mobil: +43/664/1012768
E-Mail: office@socialskills4you.com
www.socialskills4you.com

ANMELDUNG:

Veranstaltung:	
Termin:	
Teilnehmer:	
Adresse	
Firma/Privat:	
Strasse:	
PLZ / Ort:	
Telefon:	
Fax:	
E-Mail:	

Allgemeine Geschäftsbedingungen:

Die Kosten sind exkl. Mwst (inkl. Seminarunterlagen).

Für die Sicherung des Seminarplatzes ist die Bezahlung vor Beginn der Veranstaltung erforderlich.

Stornierungen können nur schriftlich entgegengenommen werden, bis 4 Wochen vor Veranstaltungsbeginn kostenfrei, ab 4 Wochen bis 10 Tage vor Veranstaltungsbeginn werden 50% des Teilnehmerbetrages verrechnet, ab 9 Tage vor Veranstaltungsbeginn müssen wir 100% des Teilnehmerbetrages verrechnen.

Die Stornogebühren entfallen, wenn ein Ersatzteilnehmer für die Veranstaltung genannt wird.

Die Academy4socialskills kann das Seminar aus wichtigem Grund - insbesondere Krankheit des Beraters/Trainers oder zu geringe Teilnehmerzahl - gegen Erstattung des bereits gezahlten Teilnehmerbeitrages absagen.

Es gelten die Honorarrichtlinien der Academy4socialskills.

Mit meiner Anmeldung erkläre ich mich mit den Teilnahmebedingungen der Anmeldung einverstanden.

Ort, Datum:

Unterschrift:

Anmeldung bis 14 Tage vor dem Seminar der Academy4socialskills.

Nach Erhalt Ihrer Anmeldung bekommen Sie Anmeldebestätigung und Rechnung zugeschickt, die Unterlagen und die Teilnehmervorbereitung erhalten Sie jeweils 7 Tage vor der Veranstaltung.

REFERENTINNEN:

Das Team der Academy4socialskills

