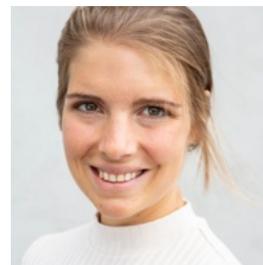


Referent

Eigenstärkung in Zeiten des Wandels

Resilienz ist der Schlüssel zu einem ausgeglichenen und erfolgreichen Leben. Nur wer im Inneren in Balance ist, kann nach außen hin kraftvoll agieren...



Programm-Idee

In einer Zeit, in der sich Veränderungen überlagern und die mentale Überlastung zur neuen Normalität wird, ist Achtsamkeit mehr als ein Trend - sie ist die Schlüsselkompetenz unserer Zeit. Sie schafft innere Stabilität, mentale Klarheit und ermöglicht es, mit weniger Anstrengung mehr zu erreichen. Meine Keynote vereint inspirierende Impulse mit unmittelbarer Erfahrung: Ich verbinde wissenschaftlich fundiertes Wissen mit multisensorischen Elementen - insbesondere einem Klang-Erlebnis - das Achtsamkeit spürbar macht und nachhaltig verankert. Inhalte & Themenschwerpunkte ?? Achtsamkeit & Resilienz - kompakt und alltagsnah vermittelt ?? Stress verstehen - wie unser Nervensystem reagiert und was wir ihm Gutes tun können ?? Die Kraft der Gegenwart - warum Präsenz unsere größte...

Paket-Nummer: 0526054

Region:	📍	Mehrere Orte
Teilnehmer:	👤	5 - 1.000 Teilnehmer
Verfügbarkeit:	📅	ganzjährig
Dauer:	🕒	1 Stunde
Mögliche Sprachen:	🌐	Deutsch, Englisch
Preis zzgl. MwSt:	💰	ab 3.500,00 € pauschal

Referent

Eigenstärkung in Zeiten des Wandels

Resilienz ist der Schlüssel zu einem ausgeglichenen und erfolgreichen Leben. Nur wer im Inneren in Balance ist, kann nach außen hin kraftvoll agieren...

Beschreibung

Ich biete meine Keynote deutschlandweit an - für Unternehmen, Teams, Führungskräfte und Einzelpersonen. Die Inhalte sind flexibel auf unterschiedliche Zielgruppen und Formate anpassbar: ob als Impuls auf großen Bühnen, als Workshop-Element oder als bereichernder Teil von Führungskräfte trainings.

Der Fokus liegt auf „Eigenstärkung in Zeiten des Wandels“ - einem Thema, das aktueller nicht sein könnte. Denn nur wer innerlich in Balance ist, kann im Außen klar, kraftvoll und souverän agieren.

Was diese Keynote besonders macht:

??Verständlich & inspirierend: Komplexes Wissen wird alltagsnah und lebendig vermittelt

??Erfahrbar & nachhaltig: Durch gezielte Übungen und Klangsequenzen wird das Gehörte sofort spürbar

??Wirksam & praxisnah: Teilnehmer erhalten direkt umsetzbare Tools für mehr Gelassenheit, Fokus und Lebensqualität

Diese Keynote ist keine Theorie - sie ist ein Erlebnis, das bleibt.

Wichtige Hinweise

Dauer: 30 - 90 Minuten

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

www.hirschfeld.de - Paket-Nr. 0526054

