

Alles eine Frage der Haltung



Wie Fachkräfte in ihrer eigenen Kraft bleiben auch in Herausfordernden Situationen Der Alltag fordert und immer wieder, alles unter einen Hut bekommen, Arbeit, Familie, Hobbys, Ich selber sein... Puhhh ziemlich viel auf einmal und doch gilt es dabei gelassen und entspannt zu bleiben. In diesem Workshop lernst du Methoden kennen, die dir helfen können immer wieder in deine Mitte zu finden. Die verblassten Farben wieder bunt wahrzunehmen und zu erfahren wie unser Nervenkostüm so funktioniert und du in deiner Mitte ankommen kannst ohne viel Aufwand. Wenn du Lust hast und mal was neues Ausprobieren möchtest komme zu dem Workshop und lerne wie schwierige Situationen leichter werden können.

Samstag, 21.03.2026
09:00 - 15:00 Uhr
Dozentin: Tanja Salaj