

# Impulsvortrag | Thirtysomething – mitten im Leben



Jeder braucht eine Aufgabe. Am besten eine, die die Welt schöner macht: „Repariere nicht, was kaputt ist- finde heraus, was gut passt und mache mehr davon!“. Leichter gesagt, als getan? Wo glauben Sie, erleben Menschen mehr Glücksgefühle: In der Freizeit, der Familie oder bei der Arbeit? Es scheint unglaublich, aber die meisten Menschen erleben ihre häufigsten Glücksgefühle bei der Arbeit.

Das Bewusstsein – das ist mein Werk – ist einzigartig. Wie finden Sie heraus, was zu Ihnen passt - oder haben Sie Ihre Aufgabe und Ihren Platz im Leben schon gefunden? Überprüfen Sie, wie lösungsorientiert Sie handeln. Wie kann sie aussehen - meine bessere Welt?

## Ziele

Sie sind sensibilisiert für Achtsamkeit, Ihre Träume und Möglichkeiten

Sie lernen Störfaktoren kennen.

Sie lernen den Weg für Selbstvertrauen und Stolz kennen.

## Inhalte

Was macht meine Welt aus - eine Bestandsaufnahme.

Was sind meine Träume - eine phantastische Reise durch die Möglichkeiten.

Sei achtsam – tue, was du tust mit ganzer Kraft

Sei stolz - schicke die Kontrolleure in die Frühstückspause

Fang an!

## Durchführung

Zielgruppe  
alle Beschäftigten

Dauer  
60 Minuten

Ort  
inhouse, für Gruppen und Teams, bei Gesundheits- oder Aktionstagen, als Kick-off für ...

**Sprechen Sie uns gerne an: 040 / 8668 422-0 oder [team@bigut.de](mailto:team@bigut.de)**