

Mehr Energie und Gelassenheit am Arbeitsplatz

Äussere und innere Stressfaktoren auflösen

Mit der Architektin Anna-Katharina Buse und der Stresskompetenzexpertin Chantal Fleurant



Programm

- 18:00 h Begrüßung
- 18:10 h Vortrag von Anna-Katharina Buse -
Die Kraft des Arbeitsplatzes -
unbewusst wirkende Faktoren
- 19:10 h Pause
- 19:25 h Vortrag von Chantal Fleurant -
Stressfrei zum Erfolg
Persönliche Stressfaktoren bewusst steuern
- 20:25 h Fragen und Antworten
- 21:00 h Ausklang

am 7.3.2017 im relexa Airport Hotel, Düsseldorf Ratingen

Eintritt: 99 EUR an der Abendkasse, 69 EUR bei Online Buchung

Anmeldung und weitere Informationen:

<http://event.raeithelgroup.de/> oder unter 0211 - 24086954

Berliner Straße 95-97
40880 Ratingen



Die Kraft des Arbeitsplatzes - unbewusst wirkende Faktoren

Gerade im Berufsleben geht es darum, möglichst effizient zu arbeiten. Umso wichtiger ist es, sich in einer Umgebung aufzuhalten, in der der Mensch sich wohlfühlt, um motiviert und mit Freude kreativ und innovativ zu arbeiten.



Dabei spielen Gebäude mit ihren Räumen eine wesentliche Rolle. Sie können eine angenehme oder unbehagliche Atmosphäre haben.

So wirken Farbe, Form, Material und Anordnung der Möbel, Grundrissgestaltung auf den Menschen. Sie erzeugen eine Wechselwirkung zu diesen Raumkörpern. Es geht um den Bewusstwerdungsprozess dieser Wechselwirkung.

Der Vortrag gibt eine Einführung in das an westliche Bedürfnisse angepasste Feng Shui mit seinen raumpsychologischen Aspekten. An konkreten Beispielen wird die Berücksichtigung und Anwendung von Elementen des Feng Shui, der Farb- und Raumpsychologie erklärt.

Freuen Sie sich auf einen spannenden Abend, denn Sie werden Ihr Büro danach mit anderen Augen sehen und sich und Ihre Umgebung im Alltag anderes erleben.

Nach den Vorträgen werden die Referenten für persönliche Gespräche zur Verfügung stehen. Dabei werden alle Ihre individuellen Fragen beantwortet.



Stressfrei zum Erfolg - Persönliche Stressfaktoren bewusst steuern

Es gibt keine Gesundheit ohne psychische Gesundheit. Stress entsteht im Gehirn und ist eine Überlebensstrategie. In Stresssituationen wird automatisch im Körper ein Hormoncocktail ausgeschüttet. Problematisch wird es, wenn dieser akute Stress anhält und zum Dauerstress wird.

Lernen Sie lieber rechtzeitig ihre persönlichen Stressfaktoren zu steuern und bleiben Sie dauerhaft leistungsfähig, fit und entspannt.

Erleben Sie, wie Sie auf Basis der neuesten Erkenntnisse der Neurowissenschaft mit zum Teil verblüffend einfachen Mitteln den Stress an sich abperlen lassen und auf einem höheren Energielevel agieren.



Genießen Sie die lebendige, einfühlsame und individuelle Art, wie die Stresskompetenzexpertin und Atemtrainerin Chantal Fleurant Sie in die Welt der Gelassenheit hinein gleiten lässt.