

Impuls - Veranstaltung

Aus eigener Kraft die Zukunft gestalten - neue Wege gehen

Life Balance - Wohlbefinden im Alltag



bei schwierigen Problemen - Krisen - Unsicherheiten in der Welt

- Gesundheitsprävention- Wohlbefinden - Glücksgefühle stärken
- Müdigkeit - Erschöpfung - Lustlosigkeit mental abbauen
- Gedächtnisvitalität - geistige Fitness nachhaltig verbessern
- Konzentrationsfähigkeit - Erinnerungsvermögen stärken
- Stärkung Überzeugungskraft - Selbstvertrauen - Ausgeglichenheit
- mentale Stärke aufbauen um selbstsicher Lösungen zu finden

Dieser Workshop richtet sich an alle Menschen die mit Problemen und Sorgen leichter fertig werden wollen. Gönnen Sie sich diese Zeit.

Mittwoch, 2. Oktober 2024 um 16.00 Uhr

Anmelden: basel@avenir50plus.ch

Robert Lauber Life Balance Mental Coach
Im Spiegelfeld 12 - 4102 Binningen
robert@top-mental.ch Tel. 078 803 90 40

Avenir50plus Sektion Basel
Kleinhüningeranlage 3 - 4057 Basel
basel@avenir50plus.ch

Life Balance - Workshop

Aus eigener Kraft die Zukunft gestalten - neue Wege gehen

Avenir50plus - Robert Lauber

Robert Lauber, langjähriger Mental Coach, vermittelt uns im Workshop praktisch und theoretisch hilfreiche Denkansätze und alltagstaugliche Übungen.

Programm:

Eintreffen: ab 16.00 Uhr
Workshop: ab 16.30 Uhr - ca. 18.00 Uhr
anschliessend: Podiumsdiskussion / Frage-Runde
Abschluss: Gemütlicher Austausch und Apéro
Kosten: Kollekte
Anmeldeschluss: 1. Oktober 2024

Anmelden: basel@avenir50plus.ch

Datum: Mittwoch, 2. Oktober 2024

Zeit: 16.00 Uhr

Ort: Kleinhüningeranlage 3
4057 Basel

Jetzt mit TWINT
spenden!

QR-Code mit der
TWINT App scannen

Betrag und Spende
bestätigen



AVENIR50PLUS
Verband für Menschen mit und ohne Arbeit

Robert Lauber Life Balance Mental Coach
Im Spiegelfeld 12 - 4102 Binningen
robert@top-mental.ch Tel. 078 803 90 40