

” Et udbytterigt Liv ... ”

- Et aktivt foredrag med guldkorn, inspiration og konkrete redskaber til et udbytterigt liv - her og nu !

Inspiration og konkrete værktøjer

Masser af inspiration og konkrete værktøjer - også for dig med en travl og engageret hverdag.

Og, hvor du blot kan plukke og anvende netop dét, som passer for dig.



Fokus, handling & mentaltræning

Det her drejer sig om at skabe gode mål, om fokusering og mentaltræning - om, hvordan du skaber vedvarende, personlig motivation på et højt niveau.

Og, hvordan du forøger din evne til at skabe gode mål, at sætte handling bag disse, og at kunne bevare et positivt, konstruktivt fokus.

Underviser :

Dann Sommer

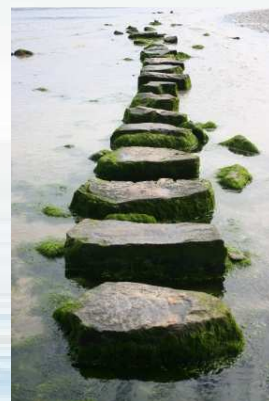
Personlig Coach & Mentaltræner. Business Coach.
Forfatter & redaktør på bogen :

- '27 Gode Råd - Inspiration til et Udbytterigt Liv'

Udvalgte temaer

I foredraget inddrages udvalgte temaer fra **e-bogen** :

'27 Gode Råd - Inspiration til et udbytterigt liv'.



Tanker til et udbytterigt liv :

1. Forandring er mulig, naturgiven og uundgåelig.
2. En forøget bevidsthed og opmærksomhed giver flere valgmuligheder i livet.
3. Vi har indflydelse på vores eget liv, og vores omgivelser, mindre eller mere.
4. Positive forandringer kan skabes med aktive valg.
5. Ny adfærd og nye overbevisninger kan læres og trænes.
6. At skabe positive forandringer kan blive en naturlig færdighed.

Varighed :

- Foredrag/workshop :
2-3 timer, iflg. aftale.

OBS! Undervejs kan der forekomme smil, grin og sågar højlydt latter blandt deltagerne.

Anbefalede deltager-forudsætninger :

Et aktivt foredrag med vægt på en høj grad af deltagerinvolvering. Deltagere med en åben og nysgerrig indfaldsvinkel til sig selv og deres omgivelser, vil opnå det største udbytte af foredraget.

Information & booking :

E-mail : booking@dann-sommer.dk

Web : www.et-udbytterigt-liv.dk
www.dann-sommer.dk