

Das Seminar

- Die drei Säulen des Erfolges
- Lebensbereiche-Index
- Machtzentrale Gehirn
- Erfolgsfaktoren und Erfolgsverhinderer
- Weckung brachliegender Potenziale
- Optimierung der drei Säulen

Dauer: 3 Stunden

Das Einzelgespräch

- Lebensbereiche-Index und Interpretation
- Die persönlichen Erfolgsfaktoren und Erfolgsverhinderer
- Vom IST zum SOLL
- Dauer: individuelle Terminvereinbarung im Anschluss an das Power-Seminar, 1 Stunde

Zielgruppe

- Personen, die körperlich, mental und wirtschaftlich fit im Leben stehen wollen

Vortragende

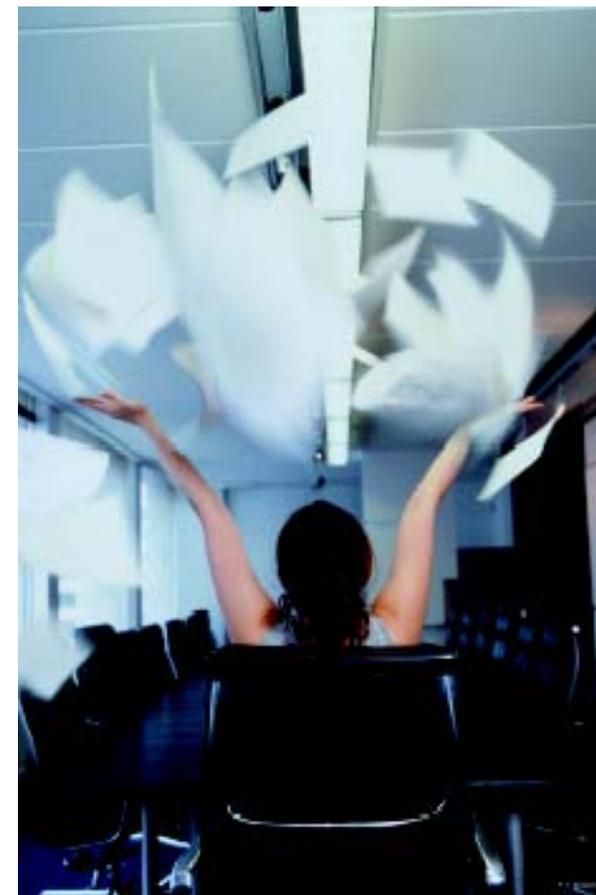
[Dr. Gudrun Umbauer](#)

Unternehmens- und Diplomaltenberaterin
Geschäftsführende Gesellschafterin des Instituts für Gesundheitsmanagement
Buchautorin, Publikationen in den Bereichen Beziehungsmanagement, Gesundheit, Erfolg

Anmeldung unter

Institut für Gesundheitsmanagement
Kaiserfeldgasse 22/2, 8010 Graz
Tel.: +43 316-851945-18
Fax: +43 316-851945-45
E-Mail: info@deinegesundheit.at

POWER SEMINAR ENTFESSELTE POTENZIALE



Fit für den Erfolg!

Erfolg stützt sich auf 3 Säulen, die mentale, die körperliche und die wirtschaftliche Fitness. Wohlbefinden ist das Ergebnis, das aus dem ausgewogenen Verhältnis dieser drei Bereiche resultiert.

Wie Sie sich gestützt auf die drei Säule der Gesundheit, Ihren Erfolg im Beruf sichern und Ihr Wohlbefinden steigern – das Institut für Gesundheitsmanagement kennt das Rezept.



Ziele

Die TeilnehmerInnen erkennen, wie ein ausgewogenes Verhältnis der drei Säulen entwickelt werden kann und erhalten Tipps und Tricks für **gesteigertes Wohlbefinden im Berufs- und Privatleben.**

Methoden



Auf der Basis des von uns entwickelten Trainingsprogramms können wir sowohl die für die Entstehung von Unzufriedenheit verantwortlichen Bedingungen als auch die Kompetenzen und Ressourcen der TeilnehmerInnen analysieren und Möglichkeiten für gesteigertes Wohlbefinden zeigen und ausprobieren.

Hintergrund unsere Methodenauswahl ist bilden neuesete **Erkenntnisse aus der Gehirnforschung** und Neurowissenschaft in Kombination mit **Management- und Mentaltechniken.**