

VOM KLEINEN GLÜCK IM GROSSEN ALLTAG

"Es gibt keinen Weg zum Glück. Glücklichsein ist der Weg"

Buddha

Das haben Sie davon:
das kleine Glück

Das erwartet Sie:

Manchmal meint das Leben es gut mit uns, manchmal weniger. Mal fällt das Glück uns scheinbar vor die Füße. Doch ist das so? Tatsächlich bestimmen zu 50 % die Gene in welchem Maße wir Glück empfinden. Sie sind schließlich zuständig für die Produktion der Glückshormone. Und die restlichen 50% unseres Glücks- und Zufriedenheitsniveaus? Die verteilen sich auf 10% der Lebensumstände und 40% auf die Gestaltung unserer Gewohnheiten, unsere inneren Gedanken, Handlungen und Entscheidungen.

An unseren Genen können wir nicht so wirklich etwas ändern, doch auf die anderen 50% haben wir Einfluss – das ist die gute Nachricht!

Greifen wir also beherzt zu und beeinflussen auf unterschiedliche Weise unser Glück – zumindest an diesem Tag.



REFERENTIN:
Maren Matthies

ZIELGRUPPE:



Termin:
nach Absprache

ORGANISATORISCHES

- Umfang | Teilnehmer*innenzahl | Kosten: nach ausführlicher Auftragsklärung



DIESES ANGEBOT PASST ZU UNSEREM TEAM / TEAMTAG / FORTBILDUNGSTAG!

Name

Einrichtung / Projekt

Geplanter Teamtag am

Begründung / Motivation



FREIGABE LEITUNG / TRÄGER ERTEILT



KEINE FREIGABE LEITUNG / TRÄGER ERTEILT
Begründung: