

Das Resilienz-Quadrat

ONLINE-SEMINAR - 26. NOVEMBER, 19 UHR

79 EURO

LIMITIERTE
PLÄTZE



Das Jahresende bringt oft mehr Bewegung als Ruhe: Ziele wollen abgeschlossen, Verpflichtungen erfüllt, Erwartungen jongliert werden. All das, während die eigenen Kraft-reserven spürbar sinken.

Gerade in dieser Übergangszeit lohnt es sich, innezuhalten und den Blick nach innen zu richten:

Was trägt mich? Was gibt mir Halt, wenn der Druck wächst?

“In Zeiten, in denen Strukturen wanken, werden Haltung, Gespräch und Vertrauen zur härtesten Währung.“

Dennis Eighteen
Trainer, Berater, Coach, Autor

Worum geht's?

In diesem 90-minütigen Web-Seminar vermittele ich Impulse aus dem **Resilienz-Quadrat** – einem Ansatz, der vier Felder miteinander verbindet: Resilienz, Achtsamkeit, Entspannung und Kreativität.

Es ist kein theoretisches Modell, sondern ein **Werkzeugkasten für den Alltag**: konkret, anwendbar und menschlich.

Für wen?

Das Web-Seminar richtet sich an alle, die lernen möchten, **sich selbst durchfordernde Zeiten zu führen**: mit Klarheit, Gelassenheit und einem realistischen Optimismus.

Dennis Eighteen
www.dennis-eighteen.de

Auf einen Blick

Termin: 26.11.2025

Zeit: 19-20.30 Uhr

Plattform: Zoom

Teilnahmegebühr: 79 €

Anmeldung: Per Email an Dennis.Eighteen@me.com
Ich sende den Zoom-Link und die Zahlungsinformationen persönlich zu.



Direkt zum neuen Buch

