



GLÜCKSFRÜHSTÜCK

GÖNNEN SIE SICH EIN STÜCK GLÜCK!

20. Mai 2017 | 8:30 | GlücksKOST Mondsee

Glück formt unser Gehirn! Das Wissen aus Neurobiologie, Glücksforschung und Mentaltraining im Alltag nutzbar machen.

Es gibt viele Momente im beruflichen und privaten Alltag, die uns Glück oder auch Ärger bescheren. Jedes Gedankenspiel hinterlässt in unserem Gehirn Spuren. Je öfter diese Spuren (Gedanken) verfolgt werden, desto breiter und beständiger werden sie. Aus dem Gedankenspiel wird eine persönliche Wahrheit, ein inneres Bild, das unser tägliches Tun beeinflusst.

- ♦ **Was passiert in unserem Körper (Gehirn), wenn wir uns wohlfühlen?**
- ♦ **Warum ist Stress der gefährlichste Gegenspieler unseres Körperglücks?**
- ♦ **Können wir unser Gehirn trainieren, um Platz für das Glück zu schaffen?**

Der Impulsvortrag liefert diesbezüglich Antworten und gibt einen ersten Einblick in das weite Spektrum der Gehirn- und Glücksforschung.

Vorgestellt werden einfach anwendbare mentale Trainingsmethoden, die unserem täglichen Gedankenkarussell eine neue Richtung geben.

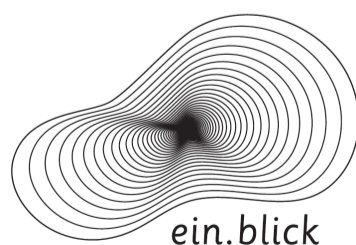
Referentin



Mag. Tanja Peherstorfer

Dipl. Mentaltrainerin

www.ein-blick.at



Samstag 20. Mai 2017, 8:30

Zum Glück gibt es Frühstück!

1 Stunde Vortrag - anschließend feines GLÜCKSFRÜHSTÜCK
(Frühstücksbuffet inkl. 1 Heißgetränk)

Kosten: € 38.-

Vortrag inkl. Frühstück

GlücksKOST - Mondsee

Meinrad-Guggenbichler-Straße 5

5310 Mondsee

www.glueckskost.at



Begrenzte Teilnehmeranzahl! Anmeldung erforderlich!

t.peherstorfer@ein-blick.at | ODER in der GlücksKOST