

FRÜHSTÜCK - WORKSHOP



EINLADUNG

Frühstück-Workshop
«Mehr Energie durch Loslassen»

Samstag, 6. April 2024
9.00 Uhr – 13.00 Uhr

Hilton Zürich Airport
Hohenbühlstrasse 10
8152 Opfikon

Frühstück
09.00 Uhr – 10.00 Uhr

Workshop
10.00 Uhr – 13.00 Uhr

Workshopleitung
Rolf Brunold

Investition
CHF 100 / Person
inkl. Frühstücksbuffet

FRÜHSTÜCK- WORKSHOPS

sind spannende und beliebte Veranstaltungen zu aktuellen Themen in der Persönlichkeitsweiterbildung.

Sie steigern Ihre persönlichen Fähigkeiten und Sie lernen interessante Menschen kennen. Gleichzeitig erweitern Sie an diesem Workshop Ihr Netzwerk.

Über zweitausend TeilnehmerInnen haben bereits an Frühstück-Workshops teilgenommen.

MEHR ENERGIE DURCH LOSLASSEN

Loslassen betrifft jeden Menschen – auch Sie.

Es fällt immer wieder auf, dass es vielen Menschen sehr schwer fällt loszulassen. Die Gründe dafür sind sehr individuell.

Jeder Mensch wird früher oder später mit Situationen und Ereignissen konfrontiert, die ein Loslassen erfordern. Einige Beispiele:

- Veränderungen in der Arbeitswelt
- Erwartungen, Denkweisen und Glaubenssätze
- Beziehungen und schlechte Gefühle
- Ziele und Chancen, die sich nicht erfüllt haben
- Wohnortwechsel und entsprechende Entrümpelung
- Kinder, die erwachsen werden
- Tod des Haustieres

WIE GUT KÖNNEN SIE LOSLASSEN?

Loslassen heisst **Leben** und frei sein von **Lasten** – Festhalten heisst **Blockade** und **Stillstand**. Wer nicht loslassen kann, ist gefangen und kommt nur schleppend vorwärts. Es ist, wie mit einem Rucksack voller Steine auf einen Berg steigen zu wollen.

In diesem Workshop lernen Sie

- Einfache und bewährte Prinzipien, um loslassen zu können
- Eine Loslassen-Strategie erarbeiten
- Erkennen von innerem und äusserem Ballast
- Die persönlichen Faktoren kennen, die am Loslassen hindern
- Loslassen statt Verdrängen
- Vertrauen in die Entscheidung zu gewinnen

Dieser spannende Workshop bietet Ihnen Gelegenheit, Techniken zu entwickeln, die Ihnen das Loslassen erleichtern. Durch einfache, kurze und praktische Übungen werden Sie neue Ideen und Einsichten gewinnen. Sie werden inspiriert und motiviert nach Hause gehen.

Lassen Sie los und Sie haben beide Hände frei!

Teilnehmerzahl begrenzt!



Kontakt & Anmeldung:
Rolf Brunold
Tel: 044 888 60 60
r.brunold@rolfbrunold.ch

Brunold + Partner
Hubring 42
CH – 8303 Bassersdorf
www.rolfbrunold.ch

ROLF BRUNOLD
Kommunikation • Verkauf • Motivation