

Elfriede Zörner
www.life-support.at



Diplom-Lebensberaterin
Kinesiologin, Salutovisiorin®

Workshop: „XUND – Kraftvoll und relaxt im Firmen-Alltag“	
Referentin /Kontakt	Elfriede Zörner, Diplom-Lebensberaterin +43 676 32 99 176
Firmenadresse Email, Homepage	Zörner Life Support, Bregenz - Linz zoerner@life-support.at www.life-support.at
Zielgruppe	Firmenintern Training
Kurzbeschreibung	XUND – Kraftvoll und relaxt im Firmen-Alltag (180 min Workshop, geeignet für Kleingruppen von 6-18 Personen)
Angebot	<p><u>Inhalte:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Bedeutung von Salutogenese • Erfolgsfaktoren im Unternehmen • Wahrnehmen der eigenen Motivation im Unternehmen • Ressourcenbilanz • Welche Stressoren sind vorhanden? • Reaktionen im Gehirn • Ressourcenmanagement • Ergebnisse und Lösungsansätze • Übungen für Workshop-Teilnehmer/innen • Anspannung nutzen • Entspannungstraining • Worauf soll in Zukunft geachtet werden <p><u>Ziele:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Die große Bedeutung von salutogenem Verhalten erleben • Erkennen des eigenen Regenerationsverhaltens • Teambewusstsein stärken • Förderung der eigenen Gesundheit und Belastungsfähigkeit • Entspannungstools erfolgreich anwenden <p>Elfriede Zörner forscht über Urvertrauen und Salutogenese, hält Vorträge und Workshops über Salutogenese und Lebensberatung, ist weiters Autorin von verschiedenen Fachartikeln (z.B. Bücher „Erste Hilfe für meine ich“, "Lebensberatung in Österreich", "Herz mit Ohren - Salutogenese und Sinn", sowie für Journale und Zeitungen) und arbeitet seit 1993 in einer selbständigen Beratungspraxis mit besonderer Ausrichtung auf Coaching und Supervision unter dem Aspekt der Salutogenese.</p>
Preis+ Termin	auf Anfrage



Workshop: „urKRAFTquell“	
Referentin / Kontakt	Elfriede Zörner, Diplom-Lebensberaterin +43 676 32 99 176
Firmenadresse Email, Homepage	Zörner Life Support, Bregenz - Linz zoerner@life-support.at www.life-support.at
Zielgruppe	Führungskräfte und Ausbilder/innen
Kurzbeschreibung	Urvertrauen – Basis und Kraftquelle im Unternehmen (180 min Workshop, geeignet für Kleingruppen von 6-18 Personen)
Angebot	<p><u>Inhalte:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Bedeutung und Entstehung von Urvertrauen • Wahrnehmen der eigenen Vertrauensbildung • Welche Auswirkung hat Urvertrauen auf die Persönlichkeitsentwicklung • Durch welche Faktoren kann die Entfaltung von Urvertrauen gestärkt werden • Wodurch kann ein geschädigtes Urvertrauen ausgeglichen werden • Woran zeigt es sich im Leben eines Menschen, ob er ein gesundes Urvertrauen entwickeln konnte • Übungen für Workshop-Teilnehmer/innen • Übungen zur Vertrauensstärkung von Mitarbeiter/innen • Worauf sollen wir in unserem Unternehmen achten <p><u>Ziele:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Die große Bedeutung von Urvertrauen erkennen • Erkennen der eigenen Vertrauensbasis • Bewusst Bildung von Urvertrauen fördern • Stärkung des eigenen Urvertrauens • Den Nutzen von vertrauensfördernden Maßnahmen für das Unternehmen erleben <p>Elfriede Zörner forscht über Urvertrauen und Salutogenese, hält Vorträge, Workshops über Salutogenese und Lebensberatung, ist weiters Autorin von verschiedenen Fachartikeln (z.B. Bücher „Ersten Hilfe für mein Ich“, "Lebensberatung in Österreich", "Herz mit Ohren - Salutogenese und Sinn", sowie für Journale und Zeitungen) und arbeitet seit 1993 in einer selbständigen Beratungspraxis mit besonderer Ausrichtung auf Coaching und Supervision unter dem Aspekt der Salutogenese.</p>
Preis + Termin	auf Anfrage

Elfriede Zörner
www.life-support.at



Diplom-Lebensberaterin
Kinesiologin, Salutovisiorin®

Workshop: „Selbst + Sicher“	
Referentin / Kontakt	Elfriede Zörner, Diplom-Lebensberaterin +43 676 32 99 176
Firmenadresse Email, Homepage	Zörner Life Support, Bregenz - Linz zoerner@life-support.at www.life-support.at
Zielgruppe	Firmen + Gemeinden - Intertraining
Kurzbeschreibung	Selbst + Sicher - Menschen, die Sicherheit ausstrahlen, werden seltener Opfer von Übergriffen und Angriffen (180 min Workshop, geeignet für Kleingruppen von 6-18 Personen)
Angebot	<p><u>Inhalte:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Selbstsicherheit – was bedeutet und bewirkt sie? • Erkennen der eigenen Sicherheiten – akzeptieren der eigenen Unsicherheiten • Wie viel Selbstsicherheit ist gesund? • Die Sache mit dem Selbstwert • Der innere Dialog • Fremdbild – Selbstbild • Übungen für Workshop-Teilnehmer/innen • Wie viel Sicherheit benötigt unsere Gemeinschaft? • Worauf können wir dabei achten <p><u>Ziele:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Höhere Selbstakzeptanz • Selbstsicherheit stärken • Alte Prägungen erkennen und nötigenfalls umwandeln <p>Elfriede Zörner forscht über Urvertrauen und Salutogenese, hält Vorträge, Workshops über Salutogenese und Lebensberatung, ist weiters Autorin von verschiedenen Fachartikeln (z.B. Bücher „Ersten Hilfe für mein Ich“, "Lebensberatung in Österreich", "Herz mit Ohren - Salutogenese und Sinn", sowie für Journale und Zeitungen) und arbeitet seit 1993 in einer selbständigen Beratungspraxis mit besonderer Ausrichtung auf Coaching und Supervision unter dem Aspekt der Salutogenese.</p>
Preis + Termin	auf Anfrage