Academy of Fulfilled Life

Inspiring People - Changing Lives

Sharing Days "Make it Happen"

Gib deinen Vorsätzen eine zweite Chance

14-15. Mai 2022

Eigentlich wollte ich doch ...

Jede:r Dritte setzt sich Ziele für das Neue Jahr ...

... doch 90% aller Neujahrsvorsätze scheitern.

Die häufigsten Gründe:

- zu hohe Ziele
- zu wenig Relevanz
- fehlende oder falsche Umsetzungsstrategien

Kennst Du es auch ?

Das erste Quartal ist vorüber - und mit Rückblick auf den Jahresbeginn taucht es bei vielen von uns auf:

Ein unbestimmtes Gefühl, das zuerst leise – dann immer fordernder ins Bewusstsein drängt … unser schlechtes Gewissen: die Neujahrsvorsätze, Pläne und Ziele, die Gutes in unser Leben bringen sollen, haben wir bereits gebrochen, verschoben oder einfach nicht erfüllt. Viele ertappen sich dabei, darüber nachzudenken, den Vorsatz mal wieder aufzugeben und damit gleich das ganze Jahr ungenutzt ziehen zu lassen.

Schade eigentlich ...

Denn Habit Change darf auch einfach sein ...

Wenn wir ein paar zentrale Grundprinzipien berücksichtigen.

Denn die Gründe für unsere aufgegebenen Vorsätze sind nicht Faulheit oder Schwäche.
Es liegt vielmehr daran, dass wir uns meist zu viel vornehmen, die Dynamik unserer Routinen zu wenig beachten, oder dass wir uns Ziele gesteckt haben, die fern unserer Werte liegen.

Wenn auch du deinen Vorsätzen, Plänen und Zielen noch eine zweite Chance geben möchtest und Gutes für dein eben erst gestartetes, neues Jahr bewirken willst, sind diese beiden Tage mit Nathalie & Gina dein persönlicher Game-Changer.

Was dich erwartet ...

Zwei intensive Tage im Spirit Viktor Frankls führen dich auf den Spuren deiner Gewohnheiten zu neuen Wegen.

Im Anschluß an *"Make it Happen"* begleiten wir dich durch die 84 entscheidenden Habit-Change-Tage

Viktor E. Frankl, Begründer der Logotherapie, der „Lehre vom Sinn“, ist unser Wegbegleiter auf der Reise zu den eigenen, lebens-leitenden Werten. In seinem Sinn blicken wir gemeinsam auf „die vollen Scheunen“ und ernten, worauf wir bauen können.

Wie viele Menschen, die intensiven Kontakt mit sich selbst suchen, war auch Frankl begeisterter Bergsteiger. So starten auch wir mit einer Wanderung. Die Natur ist universelle Kraftquelle und gibt uns Antworten auf gestellte und manchmal auch ungestellte Fragen. Allein die Stille der Natur berührt unsere Seele mit heilsamer Wirkung. Sie schenkt uns Freiraum und Weitblick, der uns erleichtert, die Perspektive zu wechseln. Der Weg durch den Wald gibt uns innere Kraft und lässt uns durchatmen.

Aufgeladen und gestärkt kommen wir in inspirierenden Räumen zusammen, um neue Wege zu planen. Wir nehmen uns Zeit, den Blick auf das Wesentliche zu richten und widmen uns den spielentscheidenden Routinen - denn 80% unserer Handlungen sind reine Gewohnheiten und laufen automatisch ab. Sie sind dafür verantwortlich, ob unser Leben erfolgreich, glücklich und gesund verläuft - oder das Gegenteil davon eintritt.

Somit brauchen neue Vorsätze und Ziele vor allem eines: Zeit und Raum, unbewussten Routinen zu hinterfragen und sie an unsere Wünsche für die Zukunft anzupassen.

Es gibt reichlich Impulse, Ideen und Strategien, die es leichter machen, die gewünschten Veränderungen auf Dauer umzusetzen. In einer spannenden Keynote erfährst du, wie Routinen entstehen und wie sie nachhaltig veränderbar sind. Ein Einblick in die Top 10 Healthy Habits macht Lust auf ein bewusstes Leben.

Danach gilt es die sprichwörtlichen Ärmel hoch zu krempeln und an den eigenen Routinen zu feilen. So realisierst du Schritt für Schritt deine persönlichen Vorhaben, Wünsche und Träume.

Deine Sharing Days-Begleitung

Nathalie Karré (Mag., MBA)

In der Steiermark aufgewachsen und verwurzelt zieht es mich gleichzeitig in die Welt. Ich habe Soziologie, Kommunikation, Psychologie und Wirtschaft studiert, 10 Jahre in der B2B- & B2C-Marktkommunikation gearbeitet, parallel die Ausbildung zum Coach und zur systemischen Beraterin gemacht und mir mit 30 meinen Traum vom eigenen Unternehmen erfüllt.

Menschen & Organisationen in Veränderungsprozessen zu begleiten und so in der Welt gestalten zu können war und ist mein Antrieb. Seit über 25 Jahren coache und inspiriere ich mit Lust und Leidenschaft. Wachstum und Entwicklung stehen in meinem Fokus – in der Begleitung von Talenten, Führungskräften und Unternehmen ebenso wie in der Unterstützung von Start-Ups als Business Angelina.

Mit meinem Women4Women-Mentoring nehme ich eine unterstützende Rolle für Frauen ein, die persönlich wachsen, ihre Karriere vorantreiben und Großes bewegen wollen.

Meine Challenges: Bestseller zu schreiben und eine Transkontinental-Ehe zu führen.

Wir freuen uns auf zwei wunderbare Tage mit viel Kraft, Natur, Tiefgang und Umsetzungsstärke

Regine Eitelbös

Logotherapeutin unter Supervision - Mutmacherin - Flowfinderin - Zuhörerin - Jackpot-Fit Trainerin

Ich bin bekennende Enthusiastin für Persönlichkeiten und der festen Überzeugung, dass jeder Mensch bereits Alles in sich trägt. In jedem von uns schlummert ein Kaleidoskop.

Meine besondere Passion gilt dem richtigen Zuhören. Ich bin ein großer Fan von Viktor Frankl und seiner Sinnlehre; in diesem Spezialgebiet ausgebildet, berate ich mit voller Hingabe.

Nach über 15 Jahren an der WU Executive Academy und der Arbeit mit internationalen Führungskräften habe ich mir einen Herzenswunsch erfüllt und begleite nun Menschen zu den zentralen Lebensfragen und anderen Themen, die beschäftigen. Menschen dabei zu begleiten, wieder zurück in die Bewegung zu finden ist meine zweite Passion. Ich unterstütze die kreative Seele dabei, sichtbarer zu werden und ermutige Menschen, ihre Einzigartigkeit wieder zu entdecken.

Termin, Kosten & Location

TERMIN

Intensiv-Workshop (2-tägig)
Start: 14. Mai 2022, 10:00 Uhr
Ende: 15. Mai 2022, 16:00 Uhr
mit 84-tägigem Habit-Change Support ab 16.05.2022

LOCATION

Unsere Sharing Days findet im "Le Bercail", einem kraftvollen, inspirierenden Platz in Mariazell statt.

KOSTEN

385 EUR inkl. Seminarverpflegung
inkl. 20% USt / Nicht inkludiert: Anreise/Nächtigung/Mahlzeiten

Kontakt

ACCELOR Consulting & Business Development GmbH
Dorotheergasse 7/18, 1010 Wien
Zweigstelle: Le Bercail, Grazerstrasse 6, 8630 Mariazell
+43.699.16600001 - nathalie.karre@accelor.at
www.accelor.at / www.nathaliekarre.at