

Gesundheit beginnt im Kopf

Deine Gedanken, Emotionen und Vorstellungen von Situationen im Leben begleiten dich rund um die Uhr und dein Körper reagiert 1:1 darauf.

Demnach ist sowohl unser Verstand als auch unser Körper eine mächtige Ressource, wenn es darum geht, unser Leben bewusst und gesund zu gestalten.



- „Wie beeinflussen Gedanken und Gefühle unsere Befindlichkeit“
- „Dein Verstand speichert immer die Lösungen“
- „Wie wir uns immer wieder Leid erzeugen“
- „Dein Körper hört immer zu – egal was du denkst oder sprichst“
- „Glaubenssätze und Denkmuster leicht verändern“
- Was braucht es tatsächlich, um ein glückliches und damit gesundes Leben zu führen“

... ein unterhaltsamer Abend, mit vielen wertvollen Tipps für ein gelungenes Leben!



Buchtipp:
Glücklich Leben
Dein Herz weiß mehr als dein Verstand
Autor: Manfred Rauchensteiner
Verlag: Goldegg



Manfred Rauchensteiner

Emotionstrainer, Autor, Glücksforscher, Speaker

Meine Hauptaufgabe sehe ich darin, Menschen „aufzuwecken“ aus ihrem Tiefschlaf des Alltags. Menschen zu erinnern und zu beschreiben, welch wunderbare, schöpferische Wesen wir sind. Durch das Erklären und Erkennen vieler anerkannter „Programme und Verhaltensmuster“, die uns scheinbar nicht glücklich gemacht haben.

Meiner Berufung folgend veranstalte ich als ausgebildeter Emotionstrainer, Glücksforscher, Autor und Wissensentwickler zahlreiche Vorträge, Workshops, Seminare und Einzeltrainings.

Einen Schwerpunkt meiner Arbeit bildet die Glücksforschung, deren Ergebnisse ich in meinen Vortragsreihen thematisiere. Seit 2013 Autor, betreibe eine eigene Praxis in Linz, bin Mitgründer der Abendakademie-Linz, vortragendes Mitglied des Instituts für Europäische Glücksforschung (IFEG) sowie „MENTOR der Akademie für Potentialentfaltung“ (Gerald Hüther).

www.rauchensteiner.at

VORTRAG

Gesundheit beginnt im Kopf

DATUM: 1. Oktober 2024

UHRZEIT: 19.00 Uhr bis ca. 21.30 Uhr

**ORT: Veranstaltungszentrum
Buchkirchen**



Manfred Rauchensteiner
Emotionstrainer, Glücksforscher

