



Aufräumen und loslassen

Beschreibung	Wieder mal richtig ausmisten ist Balsam für die Seele und eine Wohltat für die eigenen vier Wände. Ballast abwerfen bedeutet mehr Lebensqualität und weniger Stress. Krempeln Sie die Ärmel hoch und packen Sie an, was angepackt werden muss. Denn weniger ist oft mehr. Auch zu Hause.		
Inhalt	<ul style="list-style-type: none">• Theorie• Loslassen lernen• Motivationsstrategie• Zeitfaktor• Energie		
Voraussetzung	Es sind keine besonderen Voraussetzungen notwendig		
Lernziele	Sie sind fähig, ihre Eigenmotivation mit verschiedenen Strategien zu fördern und anzuwenden. Sie reflektieren ihren persönlichen Umgang mit "Loslassen"		
Datum	14.10.2020 - 28.10.2020 / E_1431722		
Zeit	18:10 - 20:00 h		
Wochentage	Mi		
Dauer	2 Kurstag(e). Total 4.00 Lektion(en) à 50 Minuten		
Preis	CHF 80.00 Materialkosten sind nicht im Kursgeld inbegriffen.		
Durchführungsort	Töpferstrasse 3, 6004 Luzern		
Termine	Tag	Datum	Zeit
	1 Mi	14.10.2020	18:10 - 20:00
	2 Mi	28.10.2020	18:10 - 20:00