



ADD SELFCARE TO YOUR LIFE

## Flash your life Workshop zur Selbststärkung

VERANSTALTUNGSORT:  
Hochschule Fresenius  
München-Ost

## Flash your life Workshop zur Selbststärkung

Januar/Februar 2025

25.01.2025 und 08.02.2025

Samstags, jeweils 9.30 – 16.30 Uhr

Referenten: Manuela Haas und Simone Rösing

November 2025

15.11.2025 und 29.11.2025

Samstags, jeweils 9.30 – 16.30 Uhr

Referenten: Dr. Katrin Sachse und Dr. Maren Fiebig-Lohmer

### Inhalte

- Werkzeuge zur Selbststärkung
- Balancen finden und erhalten
- Egoismus – darf man das?
- Stark durch Lob
- Der Traum vom „Möchte-Mensch“
- Die Macht der Gedanken

### Der Workshop ist für alle...

- die sich mehr Balancen im Leben wünschen
- die ein fröhliches und gesundes Leben führen möchten
- Macher, die ihr Leben selbst in die Hand nehmen möchten
- die neugierig auf eine wirksame Methode und deren Werkzeuge sind
- die ihr Wissen auffrischen möchten

**375 Euro** je Workshop (2 Termine)  
mind. 6, max. 15 Teilnehmende  
Information und Anmeldung unter:  
[anmeldung@psychopaedie.de](mailto:anmeldung@psychopaedie.de)