

## Zertifikat

- für die Teilnahme an dem Training-  
**Resilienz: Stärke, Kraft und Wohlbefinden - Awake the Giant**

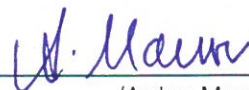
**Christian Walonka** hat erfolgreich teilgenommen.

Inhalte:

- Techniken für Ruhe und inneren Ausgleich
- Quellen aktiver Entspannung kennen und nutzen
- Ressourcen im Selbst, im Team und in der Organisation erkennen und nutzen
- Selbstwirksamkeit, Selbstwert und Selbstverantwortung stärken
- Eigene Stresstrigger frühzeitig erkennen

Zeitraumen: 2x8 Stunden (22.10.18 – 23.10.18)

München, den 14.11.2018



(Andrea Maurer, HR Manager)