



## Mental stark werden und bleiben

**Wie wir mit Erfolg, Misserfolg oder Schwierigkeiten umgehen, hängt stark von unserer mentalen Haltung ab. In diesem Workshop erfahren Sie, wie Sie Ihre Gedanken bewusst lenken und mit dem «WowPrinzip» optimal Richtung Erfolg steuern.**

### Inhalte

- Selbststeuerung und Haltung
- Sinnvoller Einsatz von Energien
- Gebrauchsanweisungen für das Gehirn
- «WowPrinzip» von Manfred Gehr-Huber
- Vermittlung von Grundlagenwissen

Gerne berücksichtigen wir bei der Programmgestaltung betriebliche Anliegen.

### Dauer

nach Absprache, in der Regel ein halber Tag

### Referent

Manfred Gehr-Huber, Mental- und Motivationstrainer,  
Experte für Selbststeuerung, Mathematikdozent und Lernberater

### Kosten

je nach Dauer – verlangen Sie bitte eine Offerte: ZEPRA, Fachstelle BGF,  
Postfach, 9001 St.Gallen oder [zepra@sg.ch](mailto:zepra@sg.ch).

### Anerkennung

Die Schweizerische Gesellschaft für Arbeitssicherheit (SGAS) anerkennt diesen Workshop als eine Fortbildungseinheit.

### Weitere Angebote finden Sie auf [www.zepra.info](http://www.zepra.info)

Rubrik «Arbeitswelt» / Unterrubrik «Angebote»

