



SOZIAL- UND METHODENKOMPETENZ

Lotusblüteneffekt - mit Achtsamkeit und Selbstmitgefühl gelassen und handlungsfähig sein

Produktnummer
2025-41162F

Termin
20. November 2025
09:00 bis 16:45 Uhr

Gebühren pro Teilnehmer/-in
302,00 € (inkl. Seminarunterlagen)

Die VWA geht davon aus, dass der Arbeitgeber die Teilnahmegebühr sowie Reisekosten übernimmt.

Inhalte

- Von der Lotusblüte lernen
- Die Praxis der Achtsamkeit
- Sich und andere verstehen: Die inneren Antreiber
- (Gelassenheits-) Kommunikation
- Mentaltechniken zur Zielerreichung

Dozentin

Dipl.-Psychologin Imke Dirks

Ort

Haus der Akademien
Eisenbahnstr. 56
79098 Freiburg

[Google Maps](#)

Kontakt

Information

Nilgün Bortoli
0761 38673-14
bortoli@vwa-freiburg.de

Konzeption und Beratung

Christian Heinrich
0761 38673-15
heinrich@vwa-freiburg.de

[Anmelde- und
Teilnahmebedingungen](#)

[Impressum](#)

[Datenschutzhinweise](#)