

## Baustein: Eine ausgewogene Lebensführung gestalten

Hinweise zum 30-Minuten-Trainingskonzept  
 Rolle eines 30-Minuten-Trainers  
 Dramaturgie  
 Trainerleitfaden  
 Teilnehmerunterlage

Art u. Nr. des Materials	Bezeichnung	Verwendungszweck
Folie 1	Ein ausgewogenes persönliches Lebenskonzept	Präsentation durch Trainer
Folie 2	Ausgewogener Zeit- und Energieeinsatz	Präsentation durch Trainer
Folie 3	Pflege der seelischen Gesundheit	Präsentation durch Trainer
Folie 4	Lebensglück	Präsentation durch Trainer
Folie 5	Jedes Schlechte hat auch etwas Gutes	Präsentation durch Trainer
Folie 6	Tagesbilanz zur Erlebnisverarbeitung	Präsentation durch Trainer
Folie 7	Gefühl der Dankbarkeit	Präsentation durch Trainer
Übungsanleitung mit Arbeitsblatt und Auswertungsblatt	Zwischenbilanz meiner Lebensführung	- Übungshinweise für Trainer - Übungsmaterial f. Teilnehmer
Formular	Tagesbilanz	Transferbogen für die Praxis
Lerntransfer	Anwendung am Arbeitsplatz	Transferbogen für die Praxis

Impressum  
 Lizenzbedingung

## Weitere 30-Minuten-Bausteine

Ergänzen Sie Ihre Seminarmaterialien durch weitere [30-Minuten-Bausteine](#)

Informieren Sie sich auch über unsere [Seminarpakete](#) mit umfangreichen Trainer- und Teilnehmermaterialien für 2-Tages-Seminare: