

Neujahrs- *Vorsätze*

... und warum wir sie so schwer halten können

Schon wieder deine (Neujahrs)-Vorsätze gebrochen? Verstehe in dem Vortrag, warum es so schwer ist, alte Gewohnheiten zu ändern – und wie du es diesmal schaffen kannst.



Mittwoch, 26.02.2025
19:00 UHR



Sitzungssaal
**GEMEINDEAMT
KUMBERG**



Routinen

Erfahre, wie du deine täglichen Routinen gezielt beeinflussen und neue Gewohnheiten etablieren kannst



Veränderung

Lerne, wie du mit minimalem Aufwand langfristige Veränderungen im Leben bewirkst.

