

Online-Seminar: Endlich im Griff: Der innere Schweinehund

So bleiben Durchhalteschwache am Ball und ziehen ihr Vorhaben erfolgreich durch

Ziel steht fest, Klient ist motiviert. Lläuft!

Dann jubelt ihm irgendwas die Keksdose unter. Jetzt sitzt er mit Dackelblick in Ihrer Beratung und zuckt die Schultern: "Das war der innere Schweinehund. Ich wollte das nicht."

Das süße rosarote Hündchen futtert am liebsten gute Vorsätze und wirft Klienten immer wieder zurück oder total aus der Bahn. Dafür zaubert es richtig fiese Tricks aus dem Napf und schnappt meist völlig überraschend zu. Schimpfen, ignorieren oder vom Sofa schubsen, bringt alles nichts. Schweinehunde haben Ausdauer. Nur Ihr Klient verliert irgendwann die Lust und Ihnen sträubt's die Nackenhaare.

Soll Ihr Klient sein Ziel auf direktem Weg erreichen, dann zeigen Sie ihm jetzt ganz genau, wie er seine Willenskraft steigert und locker über diese Schweinehund-Hürden springen kann.

Die Inhalte:

In diesem Seminar dreht sich alles um den inneren Schweinehund, die Psychologie dahinter, wie Sie seine Taktik durchschauen und ihm klug Paroli bieten. Mit dem Hundekorb voller Strategien und Methoden halten Sie Ihre Klienten dauerhaft bei der Stange und wappnen sie dafür, falls das Tierchen leise um die Ecke schleicht oder schon knurrend mit am Sofa sitzt:

- **Wer oder was ist der innere Schweinehund**, wann taucht er am liebsten auf, was führt er im Schilde, bei wem hat er ein leichtes Spiel und woran erkennen Sie ihn frühzeitig?
- **Auf Schweinehund-Ausreden passend reagieren**: Was sagen Sie auf "Keine Zeit.", "Vergessen!", "Morgen fange ich an.", "Das schmeckt so gut." und "Ich würde ja, aber..." ?
- **Vorhaben zielstrebig durchziehen**: Typische Schweinehund-Besuche analysieren, absolut bissfeste Handlungs-Strategien entwickeln, Ausdauer trainieren, Schutzwall ums Ziel bauen, Startbahn frei räumen und den Schweinehund bereits im Vorfeld abwimmeln.
- **Willenskraft stärken für schwache Momente**: sich selbst überwinden können und standhaft bleiben mit eigenen Tricks, die dem Schweinehund garantiert nicht schmecken.

Für wen?

Ernährungsberater u. Ernährungstherapeuten (z.B. Diätassistenten, Diätologen, Bachelor, Master und Diplom-Oecotrophologen u. -Ernährungswissenschaftler u.a.), Ernährungsmediziner sowie Psychologen, (Sozial-)Pädagogen, Apotheker, Gesundheitswissenschaftler und -förderer, die im Bereich Ernährung tätig sind (maximal 12 Teilnehmer)

Wann und Wo?

Montag, 04. Juli, 10.00 bis 18.00 Uhr und Dienstag, 05. Juli 2022, 09.00 bis 15.00 Uhr (insgesamt 14 UE), ONLINE

Wie viel?

298 Euro inkl. praktischen Seminarunterlagen

Wer macht's?

Jutta Kamensky, Diplom-Oecotrophologin und Gesundheitswissenschaftlerin (MPH), Ausbilderin für Ernährungs- und Gesundheitspsychologie und Beratungskompetenz

Das Seminar ist das Richtige für Sie, wenn Sie fundierte + praxiserprobte Strategien und Methoden suchen, mit denen Sie...

- die Willenskraft schnell und dauerhaft stärken,
- Schweinehund-Geflüster leiser drehen können,
- Risikosituationen reduzieren,
- Wackelkandidaten dazu bringen, diszipliniert durchzuhalten.

A n m e l d u n g

Hiermit melde ich mich verbindlich an zum:

Online-Seminar: **Endlich im Griff: Der innere Schweinehund**

am: **04. und 05. Juli 2022**

Name, Vorname: _____

Straße, Nr.: _____

PLZ, Ort: _____

Telefon: _____ E-mail: _____

Berufsausbildung: _____

derzeitiger Tätigkeitsbereich: _____

Rechnung geht an (bitte angeben):

oben genannte Adresse

Firmenadresse und zwar:

Einrichtung: _____

Straße, Nr.: _____

PLZ, Ort: _____

Doppelbucher-Rabatt (5%): gleichzeitige Anmeldung eines Teilnehmers für zwei Seminare

Pärchen-Rabatt (5%): Zu diesem Seminar melde ich mich gemeinsam an mit Herrn / Frau

_____ (bitte ein Formular pro Person ausfüllen)

Ich bin damit einverstanden, dass meine Adresse auf der Teilnehmerliste erscheint.

Die Teilnahmebedingungen habe ich gelesen und akzeptiert.

Ort, Datum

Unterschrift

Teilnahmebedingungen

1. Anmeldung

Sobald Sie sich für ein Seminar oder die Ausbildung zum Genusstainer entschieden haben, können Sie die Veranstaltung entweder ganz bequem online buchen beim Button „Online-Buchung“ auf <https://www.jutta-kamensky.de/online-buchung.html>

oder sich per Fax oder E-Mail mit dem Anmeldeformular anmelden:

Fax: 0731 – 70 51 445

mail: info@jutta-kamensky.de

2. Anmeldebestätigung und Rechnung

Nach Eingang Ihrer Anmeldung erhalten Sie per E-Mail eine schriftliche Bestätigung und die Rechnung. Erst dann gelten Sie als verbindlich angemeldet. Falls Ihr Arbeitgeber die Kosten trägt, geht die Rechnung mit der gelben Post an die angegebene Rechnungsadresse des Arbeitgebers.

3. Seminargebühren

Die Seminargebühr ist bis spätestens 8 Wochen vor Seminarbeginn zu begleichen. Soweit nicht anders angegeben, sind Seminarunterlagen und -materialien im angegebenen Preis enthalten.

4. Bonusprogramme

Bonusprogramm "*Doppelbucher*": Bei gleichzeitiger Anmeldung für zwei Veranstaltungen erhalten Sie auf das zweite Seminar einen Preisnachlass von 5 % auf die Seminargebühr.

Bonusprogramm "*Pärchen*": Bei gleichzeitiger Anmeldung von zwei Personen (auf getrennten Anmeldeformularen) für dieselbe Veranstaltung bekommt jede Person einen Preisnachlass von 5 % auf die Seminargebühr.

5. Zusätzliche Dienstleistungen

Für zusätzliche Verwaltungsdienstleistungen wie z.B. die Ausfertigung von Zweit-Rechnungen oder zusätzlichen Teilnahmebestätigungen wird eine Gebühr von 10,00 Euro erhoben.

6. Stornierung

Eine Abmeldung muss grundsätzlich schriftlich erfolgen. Bis vier Wochen vor Seminarbeginn wird eine Bearbeitungsgebühr von 50,00 Euro einbehalten. Danach ist die Seminargebühr unabhängig vom Grund der Absage in voller Höhe fällig. Sollten Sie innerhalb dieser vier Wochen einen Ersatzteilnehmer benennen können, bezahlen Sie nur die Bearbeitungsgebühr. Sagt die Veranstalterin das Seminar aus wichtigem Grund ab, wird Ihnen die volle Seminargebühr erstattet.

7. Umbuchung

Der Wechsel eines Seminars ist bis spätestens vier Wochen vor Seminarbeginn möglich und kostet eine Bearbeitungsgebühr von 50,00 Euro.

8. Teilnahmebestätigung / Fortbildungspunkte

Nach dem Seminar erhalten Sie eine Teilnahmebestätigung, auf der die Ziele, Inhalte und Stundenzahl des Seminars ausgewiesen sind. Sollten Sie das Seminar für Ihre berufliche Qualitätssicherung benötigen, halten Sie bitte selbst rechtzeitig Rücksprache mit den jeweiligen Institutionen, bei denen Sie die Teilnahmebestätigung einreichen möchten.

9. Haftung

Die Veranstalterin übernimmt keine Haftung für Sach- und Personenschäden.

10. Datenschutz

Die Veranstalterin weist darauf hin, dass die erhobenen Daten in elektronischer Form gespeichert und zweckgebunden entsprechend der [Datenschutzerklärung](#) der Webseite (www.jutta-kamensky.de/datenschutz.html) verarbeitet werden. Mit der Einwilligung in die Teilnahmebedingungen erklären sich die Teilnehmer damit einverstanden, dass die erhobenen personenbezogenen Daten auch nach Abschluss der gebuchten Veranstaltung für den Zweck der weiteren fachlichen Unterstützung der Teilnehmer gespeichert bleiben und von Jutta Kamensky auch in Zukunft Informationen zum Seminarprogramm erhalten. Die Daten werden nicht an Dritte weitergegeben. Das Einverständnis kann der Teilnehmer jederzeit schriftlich widerrufen.