

Sie wollen in Ihrer Mittagspause Futter nicht nur für den Magen, sondern auch für Herz und Verstand? Einen zusätzlichen emotionalen und mentalen Energie-Schub gibt? Prima! Dann seien Sie dabei, wir treffen uns immer montags zu Lunch & Lesson von 12 - 12.45 Uhr, Sie sind jederzeit herzlich willkommen!

**14.02.2022: Stärken stärken – Befreunden Sie sich mit sich selbst!**

Wie Sie sich mit positiver Psychologie nach innen stark fühlen und nach außen stark wirken.

**28.02.2022: Bühne frei – Überlassen Sie nichts dem Zufall!**

Wie Sie Ihre Kommunikations-Bühne gezielt gestalten und selbstbewusst einnehmen.

**07.03.2022: Styling – Bringen Sie Ihren Stil zur Geltung!**

Wie Sie mit individuellen Stil-Merkmalen Ihre Wirkung verstärken.

**14.03.2022: Ressourcen aktivieren – Motivieren Sie sich selbst!**

Wie Sie sich intensiv auf Gesprächspartner und Situation einstimmen.

**21.03.2022: Erster Eindruck – Überzeugen Sie vom ersten Augenblick an!**

Wie Sie sämtliche Wirkfaktoren für Ihre gelungene Kontaktaufnahme bewusst einsetzen.

**28.03.2022: Professionalität – Lassen Sie Ihre Kompetenz sichtbar werden!**

Wie Sie inter-/nationale Dress-Codes zu Ihren Verbündeten werden lassen.

**11.04.2022: Individualität dosieren – Wer die Form kennt, darf sie brechen!**

Wie Sie ein gesundes Maß an Entscheidungsfreiheit + Selbstbeschränkung finden.

**25.04.2022: Präsenz zeigen – Setzen Sie sich gekonnt in Szene!**

Wie Sie mit gezielten Signalen im Gespräch/Meeting gesehen und gehört werden, ohne männlich zu wirken.

**02.05.2022: Body Positivity – Arbeiten Sie mit Ihrem Körper!**

Wie Sie körperliche Vorzüge gekonnt hervorheben und mögliche Makel geschickt kaschieren.

**09.05.2022: Embodiment nutzen – Körper und Psyche, gemeinsam stark!**

Wie Sie sich durch bewusstes Selbstmanagement in die gewünschte Verfassung bringen.

**16.05.2022: Körper-Wissen – was Sie sagen, wenn Sie nichts sagen!**

Wie Sie mit non-verbalen Status-Signalen Ihre Präsenz im Gespräch/Meeting enorm erhöhen.

**30.05.2022: Ausstrahlung – Unterstreichen Sie Ihre natürliche Schönheit**

Geben Sie Ihrem Gesicht interessante Akzente und einen passenden Rahmen (Make-up, Frisur)

Jetzt gleich anmelden unter [www.eva-ruppert.de](http://www.eva-ruppert.de) und los geht's,

„Erschaffe Deinen unwiderstehlichen SIGNATURE-STYLE“.