

Mental-Spezialistin Lintner bei „Vital in Mödling“



Wohlfühl-Information von Sozialreferat und Symbiose.

Im Rahmen der Gratis-Gesundheits-Vortragsreihe „Vital in Mödling“ fand 03. Mai in der Galerie Sala Terrena im Stadtamt der Auftakt zur zweiten Vortragssaison statt. Referentin war die akademische Mental-Trainerin DI Barbara Lintner aus Mödling, die unter dem Titel "Nutze die Kraft in Dir - Impulse für mentale Kraft" vortrug.



Die Vortragende Barbara Lintner (4.v.l.), Initiatorin Helene Skoric (5.v.l.) und STR Verena Schwendemann (4.v.r.) freuten sich mit den Gästen über den gelungenen Auftakt der Vortragsreihe 2012.

"Mentale Stärke ist entscheidend, ob ein Mensch durchhält oder aufgibt, ob er aktiv auf Herausforderungen zugeht oder passiv klagt, ob er verliert oder Erfolg hat. Mentale Stärke zeigt sich im Umgang mit der eigenen Denkweise und den eigenen Vorstellungsbildern, da Gedachtes Einfluss auf Stimmung und in weiterer Folge auf das Verhalten und das Handeln hat. Mentale Stärke ist nicht „von Natur aus“ festgelegt, sondern erlernbar. Holen Sie sich Impulse, die mentale Kraft in sich optimal zu nutzen!", so Lintner.

Eine Stunde vor und nach der Veranstaltung waren zudem wieder zahlreiche AusstellerInnen ihre Angebote und Beratungsinformationen zum Thema vor Ort! „Ein herzliches Dankeschön an Helene Skoric vom Verein Symbiose, die als Initiatorin dieser Vortragsreihe gemeinsam mit dem Sozialreferat die Vital in Mödling-Serie ins Leben gerufen hat. Es ist ein wichtiger Beitrag zur Gesundheit und zum Wohlempfinden der MödlingerInnen“, freute sich Sozial- und Gesundheits-Stadträtin Verena Schwendemann.

Vorschau auf Juni: Der nächste gratis Vortrag findet am Donnerstag, dem 14. Juni, um 19 Uhr, im Stadtamt statt. Unter dem Titel "Ernährung SINN-VOLL erleben" referiert Ernährungcoach Birgit Schuler.

Linktipps: www.wohlfuehlkonzepte.at - www.symbiose.at