

**07. November - 18:30 in der Mensa**

## **Schlüsselgewohnheiten – Wie kleine Veränderungen großes bewirken können.**

Hast du dich jemals gefragt, wie du mit nur wenigen kleinen Änderungen sowohl dein eigenes Leben als auch das deiner Kinder nachhaltig positiv beeinflussen kannst? Schlüsselgewohnheiten sind kraftvolle Routinen, die weitreichende Effekte auf viele Bereiche des Lebens haben – nicht nur für dich, sondern auch für deine Familie.

Basierend auf den Erkenntnissen des Autors und Wissenschaftlers Charles Duhigg erfährst du, wie diese Gewohnheiten als Katalysatoren für positive Veränderungen wirken. Indem du sie in dein tägliches Leben einbaust, legst du eine solide Grundlage für nachhaltigen Erfolg und Wohlbefinden – sowohl für dich selbst als auch für deine Kinder.

Im Vortrag erfährst du:

- Was Schlüsselgewohnheiten sind und warum sie für dich und deine Familie so wichtig sind.
- Wie du die für euch wichtigsten Routinen identifizierst und im Alltag fest verankerst.
- Wie kleine, kontinuierliche Veränderungen langfristig zu großen Ergebnissen führen.
- Wie Duhiggs Methoden dazu beitragen, dass du und deine Kinder langfristig glücklicher und erfolgreicher werdet.

Lass dich inspirieren und entdecke, wie du mit der Kraft der Schlüsselgewohnheiten dein Leben und das deiner Familie in die gewünschte Richtung lenken kannst.

