

# GESUNDHEITSAKTOR NATUR

Wie wir Leistungskraft & Lebensglück durch Vitamin „N“ multiplizieren

## Authentisch

„Herzlichen Dank für Ihren impulsreichen und authentischen Vortrag bei uns in Lilienthal. Alle Teilnehmer waren ausnahmslos angetan. Eine tolle Veranstaltung!“

*Lars Wellbrock, Leiter Personal und Organisation, Diakonische Behindertenhilfe gGmbH Lilienthal*

## Beeindruckend

Lebenskompetenz pur! Wenn es um darum geht, seine eigenen inneren Ressourcen erfolgreich zu aktivieren, dann kommt man am Speaker-Ehepaar Beate und Olaf Hofmann nicht vorbei. Sehr empfehlenswert.

*Sven Neuenfeldt, Führungskraft Agentur für Arbeit*

## Bewegend

Ihre Art zu sprechen, vor allem aber der Inhalt ihres Vortrages ist bewegend. Der Vortrag lädt zum Nachdenken und zum Perspektivwechsel ein.

*B. Rieger, Leitung Werksverkauf, Kahla Porzellan*



## Einfach raus...

aus eingefahrenen Denkmustern, raus aus der Frust-Falle, Krankheit oder Erschöpfung. Raus aus dem Büro und rein in die Natur vor der Haustür.

Dieser Vortrag zeigt, wie Sie aktuelle Forschungserkenntnisse über die Natur als Gesundheitsfaktor für sich nutzen können, um gesund zu bleiben, gelassener zu handeln und einfach glücklicher zu leben. Lernen Sie die Wirkung der „Grünen Resilienz“ kennen, um Ihre seelische Widerstandskraft zu erhöhen. Profitieren Sie vom „Einfach raus“-Prinzip in Ihrem beruflichen Alltag und persönlichem Wohlbefinden.

Motivierend und unterhaltsam verknüpfen Beate & Olaf Hofmann Erlebnisgeschichten mit aktuellen Erkenntnissen der Psychologie, Pädagogik und Natursoziologie.

Damit geben sie klare Strategien und umsetzbare Impulse zur Erhaltung von Gesundheit und Steigerung von Leistungskraft, Lebensglück und Kreativität.

## Sachbuch - Autoren

### Patmos-Verlag, Stuttgart:

2013 Lockruf des Lebens

2015 Einfach gut!  
Mit Leichtigkeit erfüllter Leben

2016 Einfach raus! Wie Sie Kraft  
aus der Natur schöpfen

2018 2. Auflage Einfach raus!  
sowie Lizenzausgabe in Südkorea

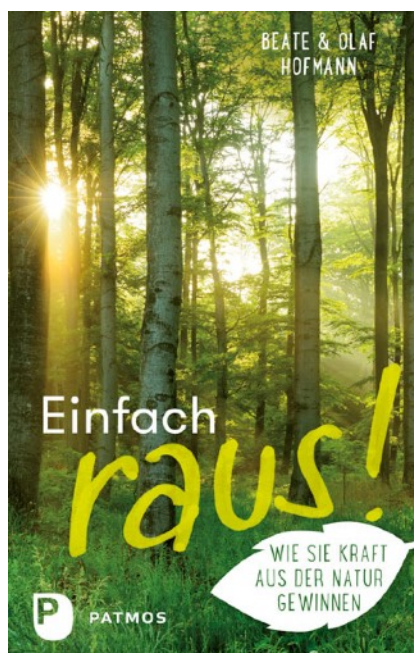
2018 Motivationskarten-Set  
Einfach raus!

### adeo Verlag, Asslar:

2017 Leben mit tausend Sternen  
Holen Sie sich das Glück zurück.  
Es liegt vor Ihrer Haustür.

### Springer Verlag, Wiesbaden:

2018 in Resilienz für die VUCA-  
Welt, Kapitel 14: „Coaching to  
go“ - die Kraft der grünen  
Resilienz nutzen



## Autorendoppel und Vortragsredner

**„Stark im Leben“ machen Beate & Olaf Hofmann das Publikum, dem sie als Autoren und als Redner begegnen. Dabei stellen sie sich auf unterschiedlichste Zielgruppen ein und sprechen authentisch von Mensch zu Mensch.**

In Büchern, Vorträgen und Seminaren des Autorenpaars geht es stets um Lebenskraft, seelische Gesundheit und den Wert von Natur. Mit fundiertem Praxiswissen als Pädagogen, Rauszeit-Experten und Coaches mit dem Schwerpunkt Selbstführung, Resilienz und Stressprävention bewegen sie ihr Publikum dazu, Verantwortung für ihr Leben und Wirken zu übernehmen.

Die Sachbuch-Autoren und Spezialisten für GRÜNE RESILIENZ begeistern als Redner zu einem unverbrauchten und höchst aktuellen Thema unter dem Firmennamen **hope & soul company**.

Darüber hinaus lieben die Eltern dreier erwachsener Kinder die kanadische Wildnis und nutzen auch in Deutschland die Natur als Resonanzraum und Innovationsquelle.

