



## Ladies Night mit Claudia Heilmeyer

*Eine gemeinsame Veranstaltung der Koordinierungsstelle  
Frau & Wirtschaft und der VHS REGION Lüneburg*

„Achte auf deine Gewohnheiten... denn sie werden dein Leben!“ Um ein erfülltes, freies und glückliches Leben zu haben ist es wichtig zu agieren, zu gestalten und das Steuerrad in die eigenen Hände zu bekommen. Und meist wissen wir auch was wir tun sollten, um unserem Leben die erwünschte Richtung zu geben. Aber tun wir es auch? In dem Vortrag „Spielend leben“ erklärt Claudia Heilmeyer sieben verschiedene Verhaltenstypen: woran du sie erkennst, was ihr Schatten und ihr Geschenk ist, und wie du sie einsetzen kannst und so „spielend lebst“.

Die Ladies Night ist eine gute Gelegenheit, sich zu vernetzen und über den beruflichen Wiedereinstieg und Weiterbildung zu informieren, bevor der Vortrag beginnt.

**Mi | 10.9.2025 | 19 Uhr | vhs.halle in Lüneburg**





# Spielend leben

Aktiv-Vortrag mit Claudia Heilmeyer

Mittwoch | 10. September 2025 | 19 Uhr | vhs.halle | Haagestraße 4 | Lüneburg

**Claudia Heilmeyer** ist zertifizierte Trainerin für Körpersprache und Kommunikation, Resilienz-Trainerin, Seminarleiterin und Lehrerin für Autogenes Training. Ihr Tätigkeitsgebiet reicht von Einzelsitzungen, Workshops und Seminaren, Firmen- und Führungskräfte-Fortbildungen bis hin zum zertifizierten Ausbildungsprogramm für Express-Transformations-Coaches nach der Heilmeyer-Methode<sup>®</sup>.

Die Teilnahme ist kostenfrei.

## Anmeldungen und Informationen

bei Katja Eggers unter Telefon 04131 303968 oder per E-Mail an [kontakt-lg@feffa.de](mailto:kontakt-lg@feffa.de).

## VERANSTALTER/INNEN

Koordinierungsstelle Frau & Wirtschaft  
Lüneburg . Uelzen  
Andrea Kowalewski | Telefon 04131 303968  
[kontakt-lg@feffa.de](mailto:kontakt-lg@feffa.de)  
[www.koordinierungsstellen-feffa.de](http://www.koordinierungsstellen-feffa.de)

Volkshochschule REGION Lüneburg  
Isabel Gerstl | Telefon 04131 1566-0  
[vhsinfo@vhs.lueneburg.de](mailto:vhsinfo@vhs.lueneburg.de)  
[www.vhs.lueneburg.de](http://www.vhs.lueneburg.de)



Kofinanziert von der  
Europäischen Union

