

doak happy & healthy

Powered by  Real Garant
by  ZÜRICH

WORKBOOK

doak-happy-healthy.de

FÜR BESSERE ENTSCHEIDUNGEN, MEHR LEBENSQUALITÄT, KRAFTVOLLE BEZIEHUNGEN
UND GELASSENHEIT IM ALLTAG.

IMPULSE

FÜR BESSERE ENTSCHEIDUNGEN, MEHR LEBENSQUALITÄT, KRAFTVOLLE BEZIEHUNGEN
UND GELASSENHEIT IM ALLTAG.



**Andrea
Patzelt**



Initiatorin und Moderatorin | Deutscher
Online Autohaus Kongress (DOAK)



**Antonia
Patzelt**



Health Coach | Initiatorin des DOAK
happy&healthy Kongress

Danke, dass Sie heute beim happy&healthy Kongress dabei sind!

Zum Jahresauftakt erwarten Sie inspirierende Impulse von großartigen
Persönlichkeiten zu den Themen Gesundheit, Balance und Wohlbefinden.

Freuen Sie sich auf Ideen, die:

- ✓ Ihr Leben gesünder und besser machen...
- ✓ Sie motivieren, neue Wege zu gehen...
- ✓ und Ihnen dabei helfen, 2025 voller Kraft und neuer Energie zu starten.

Doch: Zuhören allein verändert nichts – entscheidend ist das Umsetzen!
Nutzen Sie die Impulse, um direkt die ersten Schritte anzugehen.

Wir wünschen Ihnen einen großartigen Start ins neue Jahr und freuen uns auf
Ihr Feedback – schreiben Sie uns gerne an ap@andrea-patzelt.com

Alles Gute
Ihre
Antonia & Andrea Patzelt

Medienliste

Bücher und Podcasts

Buchempfehlungen von:

| | |
|----------------------------|---|
| Holger Bröer | Faktor Mensch im Verkauf I teach how YOU (not) to sell ...und weitere Bücher |
| Katrin Hansmeier | Humor. Das Manifest für verzögerte Schlagfertigkeit. Humor sells: Sales-up-Call |
| Dr. Kornelius Kraus | Zukunftstauglich leben: Wie Du das Potenzial der regenerativen Erneuerung JETZT ausschöpfst. Regenerativer Schlaf: Die wertvollste Investition in Ihre Zukunft. |
| Martin Limbeck | Ein Hund namens Ego und die großen Fragen des Lebens Nicht gekauft hat er schon: So denken Top-Verkäufer ...und weitere Bücher |
| Antonia Patzelt | What's 4 Lunch Basics |
| Matthias Prusseit | Millionen mit Autos Automobilvertrieb Masterclass |

Podcasts:

| | |
|----------------------------|---|
| Holger Bröer | BOILER ROOM - Unternehmergeist zum mitnehmen... Cut the Bvllshit - Akquise ist keine Krise |
| Katrin Hansmeier | Humorexpertin fragt Führung |
| Dr. Kornelius Kraus | Regeneration ist mehr Stimmt's oder nicht? Auf der Suche nach der stimmigen Lebensführung |
| Martin Limbeck | Vertrieb ist Chefsache |
| Daniel Sentker | Lichtblock Professionals |



Gerard von dem Bongart

Geschäftsführer V-max GmbH
Managementberater



Live beim happy&healthy Kongress

Erster UmsetzungsSchritt:



Holger Bröer

Serial Entrepreneur | Speaker, Coach,
Autor | LosAngeles - Münster



**Der Kampf, den du gegen dich selbst führst, ist
der interessanteste und geilste...**

Erster Umsetzungsschritt:



Matthias Prusseit

Gründer & Geschäftsführer
Autowelt Prusseit GmbH



Über Werte und Anspruch: Einfache Dinge mit großer Wirkung.

Erster Umsetzungsschritt:



Belinda Erkner

Geschäftsführerin Erkner Gruppe



Live beim happy&healthy Kongress

Erster Umsetzungsschritt:

IMPULSE



Daniel König

Director Sales Germany & Marketing
Real Garant by Zurich



Live beim happy&healthy Kongress

Erster Umsetzungsschritt:

IMPULSE



Justus Hirt

Biomechaniker
Gründer & Geschäftsführer
The Original Body AG



Jeder hat die Chance, schmerzfrei zu werden...

Erster Umsetzungsschritt:



Daniel Sentker

CEO Lichtblock GmbH
Chiropraktor M.Sc.
Referent über Licht, Lifestyle
und Mindset



Licht! Mit der Natur in Einklang.

Erster Umsetzungsschritt:



Holger Müller

Manager und Künstler



Herr Müller, Sie explodieren gleich...

Erster Umsetzungsschritt:



Dr. Kornelius Kraus

Autor | Forscher | Umsetzungshelfer



Regeneration NICHT verhindern: Schlaf ist eine elementare Waffe...

Erster UmsetzungsSchritt:



Grazia Ravelli

ICF ACC Coach
Hogan certified facilitator



Besser mit Stress umgehen: Wenn das Fundament bröckelt, ist es egal wie gut das Dach aussieht

Erster Umsetzungsschritt:



Hannah Samira Schmidt

Biomedizinerin & Mentalcoach



**Darmgesundheit und Stressmedizin...
und was passiert im Darm?**

Erster Umsetzungsschritt:

IMPULSE



Katrin Hansmeier

Expertin für Work-Joy-Balance
Gründerin von ENJOYWORK



Work-Joy-Balance... wieviel Vergnügen darf auf der Arbeit sein?

› **Hier geht's zur Change-Joy-Balance**

Erster Umsetzungsschritt:



Martin Limbeck

Serienunternehmer | Vertriebsexperte
Bestsellerautor



Von links zurück auf die Mittelspur... wie kriegst du dein Ego in den Griff?

Erster Umsetzungsschritt: