

# DOAK happy&healthy

Powered by  Real Garant  
by  ZURICH

## WORKBOOK

[doak-happy-healthy.de](http://doak-happy-healthy.de)

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

# IMPUULSE

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



**Andrea  
Patzelt**

@ in

Initiatorin und Moderatorin | Deutscher  
Online Autohaus Kongress (DOAK)



**Antonia  
Patzelt**

@ in

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](mailto:ap@andrea-patzelt.com)

Alles Gute  
Ihre  
Antonia & Andrea Patzelt

# Medienliste

## Bücher und Podcasts

Buchempfehlungen von:

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

Podcasts:

<b>Holger Bröer</b>	BOILER ROOM - Unternehmergeist zum mitnehmen...  Cut the Bullshit - Akquise ist keine Krise
<b>Katrin Hansmeier</b>	Humorexpertin fragt Führung
<b>Dr. Cornelius Kraus</b>	Regeneration ist mehr  Stimmt's oder nicht? Auf der Suche nach der stimmigen Lebensführung
<b>Martin Limbeck</b>	Vertrieb ist Chefsache
<b>Daniel Sentker</b>	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:**



## Daniel König

Director Sales Germany & Marketing  
Real Garant by Zurich



---

**Live beim happy&healthy Kongress**

---

**Erster UmsetzungsSchritt:**



## Justus Hirt

Biomechaniker  
Gründer & Geschäftsführer  
The Original Body AG



---

**Jeder hat die Chance, schmerzfrei zu werden...**

---

**Erster UmsetzungsSchritt:**



## Daniel Sentker

CEO Lichtblock GmbH  
Chiropractor M.Sc.  
Speaker on Light, Lifestyle  
and 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:**



## 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:**