



# TEILNEHMER-FEEDBACK

Die Toolbox ist eine wundervolle, tiefgehende Ausbildung zum Thema Achtsamkeit und Herzensbildung. Mit viel Herz, Klarheit und Authentizität wurden uns nicht nur Methoden vermittelt, sondern echte persönliche Entwicklung ermöglicht.

Das war so tief und wertvoll.

Die Weiterbildung schenkte mir wertvolle Impulse für mehr Ruhe, Klarheit und bewussten Umgang mit sich selbst und dem Alltag und ist auch im beruflichen Kontext für mich sehr gut anwendbar. Die Toolbox hat mir geholfen, bewusster, ruhiger und klarer durch meinen Alltag zu gehen.

Die Inhalte sind praxisnah, tiefgehend und sofort für mich umsetzbar. Eine Erfahrung, die nachhaltig wirkt.

*B. aus Regensburg - Med. Technologin  
für Radiologie*



# TEILNEHMER-FEEDBACK

Ich habe an der Toolbox Achtsamkeit teilgenommen ohne vorher etwas über Christian und Nici zu wissen.

Ich habe mich in der geschaffenen Atmosphäre sehr wohlfühlt und konnte mich auch in meiner Gruppe öffnen.

Es waren immer wieder positiv überraschende Übungen und Aktivitäten dabei, die mir weitergeholfen haben.

Auch regelmäßige Runden zur Reflexion habe ich sehr positiv erlebt.

Ich empfehle Kurse bei Cordat allen, die sich auf positive Veränderung und mehr Klarheit in ihrem Leben einlassen möchten und dabei Begleitung von sehr netten und offenen Menschen haben wollen.

*J. aus Jena- IT-Fachmann*



# TEILNEHMER-FEEDBACK

Cordat Herzensbildung bietet einen Platz zum Sein. Ich kann die Toolbox Achtsamkeit wärmstens empfehlen. Man wird abgeholt wo man steht. Man bekommt ein Gespür dafür, die Waage zwischen der uneingeschränkten Daseinsberechtigung und dem Wachstum zu halten. Man bemerkt, dass das eine nicht ohne das Andere kann. All das ist kein Hexenwerk, sondern kommt von Herzen, auch wenn man durchgängig einen ganz wundervollen Zauber spürt. Wahrscheinlich ist Herzlichkeit der wahre Zauber. ❤️

*M. aus Regensburg, Wohnbereichsleitung*



# TEILNEHMER-FEEDBACK

Ich war Teilnehmerin in der TOOLBOX Achtsamkeit und bin unglaublich froh diesen Weg gegangen zu sein. Denn während einem Wohlfühl-Programm für Körper und Geist habe ich „ganz nebenbei“ gelernt Achtsam mit mir und meinen Entscheidungen zu sein.

Dadurch schaffe ich es immer wieder in die Entspannung zu kommen, im hektischen Alltag.

Ein absolut empfehlenswerter Kurs für alle die auf ihr Leben schauen möchten und lernen wollen liebevoll mit sich umzugehen!!

*E.aus Roding, Physiotherapeutin*



# TEILNEHMER-FEEDBACK

Das Format Toolbox von Cordat Herzensbildung ist ein sehr interessantes und inspirierendes Programm mit vielen praktischen Übungen. Die beiden Coach sind zwei wunderbare Menschen die mit viel Herzblut und Engagement ihr Wissen vermitteln und jeden einzelnen Teilnehmer auf eine wunderbare Reise durch ihre eigene Bewusstheit einladen. Die einzelnen Tools sind leicht verständlich und können ganz einfach zu Hause vertieft werden. Das Format ist besonders für Führungskräfte und für Personen die in Verantwortung stehen empfehlenswert. Cordat Herzensbildung: Bitte weiter so!

*M., Bürgermeister, Neukirchen Balbini*

@CORDATHERZENSBILDUNG