

Pressemitteilung 29.8.20

Stark durch die Krise? Ü60 Powerfrau sagt, wie es geht, am 5.9.20 bei der women&health

Gaby Barton, BeeFitt© Expertin und **Impulsgeberin**, hält am **Samstag, den 5.9.20 beim Onlinekongress women&health** einen inspirierenden Vortrag.

Dabei sind ihr alltagstaugliche Empfehlungen wichtig. Für gesundes, artgerechtes Verhalten. Das, was sie als Vortragsrednerin, Moderatorin, Autorin und Coach selber beherzigt, damit sie noch weitere 30 Jahre mitmischen und andere bei Zielen unterstützen kann.

"Ohne Gesundheit ist alles nichts."

Sie, der "Impuls-Goldie" steht Ihnen für ein exklusives Interview gerne zur Verfügung.

Veranstalter: AGENTUR ohne NAMEN GmbH
Veranstalter von jährlicher [women&work](#)
Europas Leitmesse und 1. Adresse für Frauen in der Wirtschaft.

Veranstaltungsort: Onlinekongress „women&health“
<https://www.womenandwork.de/home/womenhealth>

Der Onlinekongress richtet sich auch an Männer.

Thema: **"Gesundheit ist lebenswichtig"**
Bartons Thema:
BeeFitt© - leistungsstark statt Burnout

Wann.: **5.9.20 11:00 Uhr – 24:00 Uhr**
Gaby Bartons Vortrag ist als Video frei verfügbar

Eintritt: **kostenfrei am 5.9.20**

Ein Beitrag in Ihrem Radiosender könnte sein:

ein Exklusiv-Interview mit Tipps zum Thema „Stark durch die krisenhaften Veränderungen“ und/ oder eine Verlosung von Artikeln/Büchern der Autorin für Ihre Zuhörer.

Als thematischer Aufhänger bietet sich auch Sonntag der 6.9. an:
Tag der Kämpfe-gegen-die-Prokrastination (Aufschieben).

Die Folgen der Pandemie, der Anpassungsdruck durch Digitalisierung und künstliche Intelligenz, die klimatischen Veränderungen, wirtschaftliche Sorgen ... Die aktuelle Zeit braucht starke, resiliente (widerstandsfähige) Menschen: Stark in Kopf und Körper.

Gaby Barton hat mit **BeeFitt©** ein ganzheitliches Konzept entwickelt: 7 Buchstaben =
3 bezogen auf körperliche Aspekte, 4 auf mentale/psychologische.

Bewegung, Energie, Entspannung, freundliches Umfeld, Impulskontrolle, täglich, tun.

BeeFitt©
GabyBarton.com

M. A. Gabriele Barton – Veitstr. 23 /Büro/Praxis Krause – DE 13507 Berlin
Direkt +49 (0)1590 172 61 49 - +49 030 629 32 888 – gb@gabybarton.com

Ungünstige - schwächende - Routinen zu verändern, das ist Herzensangelegenheit. Barton hat selber die Erfahrung gemacht, wie schnell man durch berufliche Überlastung und ungelöste Konflikte in eine Abwärtsspirale kommen kann, die alle Lebensbereiche niederdrückt.

Ihr Weg, sich von chronischen Schmerzen und muskulären Blockaden zu befreien, hat sie in zwei Ratgeberbüchern dargelegt.

Mehr <https://beefitt.gabybarton.com/>

Alter? Gaby Barton sprüht vor Energie und will noch weitere Träume möglich machen. Ihr Lebenslauf ist Wandel. Nach dem Studium der Psychologie hatte sie als Unternehmerin originelle Ideen verwirklicht. Während der 30 Jahren Selbstständigkeit musste sie sich mit mehreren Krisen auseinandersetzen und sich neu erfinden. Mit 50 Jahren war sie aus eigenem Antrieb nach Dubai gezogen (2005-2010).

Inspiration für neue, auch unkonventionelle Wege, die vermittelt sie in Vorträgen sowie in online Gruppencoachings. In der Einzelberatung geht sie bevorzugt mit ihren Ratsuchenden spazieren: Walk to BusinessPowerTalk. Nach dem Motto: "Jetzt in Bewegung kommen."

"Veränderung beginnt im Kopf und macht mit den Beinen ernst!"

Dazu gibt es einen Podcast mit Interviewpartnern bei Spotify & iTunes: **BeeFitt© Impulse** .

Mehr Infos zur unkonventionellen Impulsgeberin finden Sie unter <https://gabybarton.com/>.

Weiterführende Idee als Mehrwert für Ihre Hörer: Ausstrahlung von Gaby Barton's 15-minütiger Bewegungspause. In diesem schon beliebten Onlineformat leitet Gaby Barton Zuhörer an, direkt am Schreibtisch Übungen zu machen, die sie in wenigen Minuten mit frischer Energie versorgen. Diese beruhen auf anerkannten und erprobten Körper- und Mental-Übungen, die für jeden möglich sind. Das bietet Ihren Zuhörern direkt einen großen Nutzen. Sie können probieren und erleben, wie einfach es ist, im Alltag, im Büro, gesundes Verhalten zu TUN.


Jeder kann sich durch einfache Maßnahmen sehr gut selbst managen und damit zu positiven Veränderungen beitragen.

Gesunde Energie, Optimismus, Produktivität, ade Stress, negative Emotionen & Konflikte.

Ihre Interviewanfrage bitte an gb@gabybarton.com

Sollte es besonders eilig sein, erreichen Sie Barton persönlich unter: 01590 172 6149.

Ich wünsche mit sympathischen Grüßen "starke" Tage.



Ihre Impulsgeberin Gaby Barton