

# [Zoë Anthea Cross] Speaker-Profil

## Zoë Anthea Cross

www.zoe-cross.com  
info@zoe-cross.com  
+49 (1575) 884 0272

„Tief berührend und inspirierend! Meine Traum-Keynote Speakerin für eine Friedenskonferenz! „  
*Elmar Steigenberger*

„Durch ihren Mut inspiriert sie andere dazu, Ängste zu überwinden und neue Wege zu gehen. „  
*A. Shankles*



[www.linkedin.com/in/zoe-anthea-cross](https://www.linkedin.com/in/zoe-anthea-cross)



<https://www.facebook.com/zoe.cross3>

## Vortragsthemen:

### Gesundes Selbstbewusstsein - auch ohne Modelaussehen

- Selbstbewusstsein und Selbstakzeptanz stärken nach äußerlicher Veränderung durch Unfall, Krankheit oder Anschlag
- Selbstbewusst umgehen lernen mit negativen Kommentaren aus dem Umfeld
- Die Kraft der Resilienz
- Mentale Stärke kann man lernen!
- Ängste überwinden und Mut aufbauen – für Kontaktaufnahme, Erscheinen in der Öffentlichkeit, etc.

### Wertschätzung – der Schlüssel zu privatem und beruflichem Erfolg

- Erfolg fängt mit Selbstwertschätzung an!
- Wertschätzung von Kollegen und Mitarbeitern – der Schlüssel zu mehr Produktivität und Kreativität in Unternehmen
- Wertschätzung erfordert (Selbst)Disziplin
- Geheimtipp Meditation - auch in Unternehmen



<https://www.instagram.com/zoe.cross3/>

## Über Zoë Anthea Cross

Zoë Cross befähigt Menschen in privaten und beruflichen Kontexten zu mehr Selbstbewusstsein durch Entwicklung größerer Selbstakzeptanz und durch Überwindung von Ängsten. Durch ihre mehr als 20-jährige Erfahrung in internationalen Unternehmen, als Fachkraft wie auch als Betriebsrätin, ist sie heute eine starke Befürworterin von Wertschätzung und Meditation. Für sie sind dies zwei wichtige Faktoren für betriebliche Innovation und Produktivität.

Als Tochter britischer Eltern kam Zoë in München mit einer Gesichtslähmung zur Welt. Sie weiß nur zu gut, was es heißt, sich trotz Mobblings und Ausgrenzungen einen Platz auf der Welt durch Resilienz zu erkämpfen – und auch, wie Menschen andererseits durch (Selbst-)Wertschätzung wahrhaft „aufblühen“ können. Heute leitet sie unter anderem ein Online-Coaching Jahresprogramm für Menschen, die mehr Selbstsicherheit entwickeln wollen, um persönliche und/oder berufliche Ziele zu erreichen.



<https://www.youtube.com/channel/UCQOCG4TDCQ3B0QSFKDTDZyA>

### Vorträge

Zoë gibt Impulsvorträge ab 20 bis 60 Minuten zu den oben genannten Vortrags-Themen, gerne auch auf Englisch.

### Workshop-Sessions

Workshops rund ums Thema Resilienz, Wertschätzung, und Selbstbewusstsein stärken lassen sich auf die spezifische Aufgabenstellung anpassen.

### Einzelcoaching

Neben dem Online Jahresprogramm (Jahresmitgliedschaft) bietet Zoë auch Einzelcoachings an, gerne auch über Videokonferenz.

### Meditation

Als ausgebildete Meditationslehrerin bietet Zoë auch Meditationskurse in Unternehmen, Verwaltungen und anderen Institutionen an.