Ihre Trainerinnen

CM Impulse & Wege
Christine Moser
Wiesenstr. 9
78585 Bubsheim
Coaching,Seminare Körperarbeit
Telefon: 07429 - 91 66 72
E-Mail:info@christine-moser.de
www.christine-moser.de

Berufs- und Berufungsberatung, Karriereplanung,Teamentwicklung, Seminare
Seit Jahren begleite ich Menschen und Teams in Unternehmen in Seminaren und Einzelcoachings. Ich unterstütze Menschen darin, das eigene Potenzial zu entfalten und fördere die optimale Teamentwicklung.

Renate Gaus

Diplom Betriebswirtin DH, Demografieberaterin

Training, Coaching, Wirtschaftsmediation
78598 Königsheim, Uchtstr. 16
70439 Stuttgart, Glühwürmchenweg 42

Telefax +49 7429 910854
E-Mail: r.gaus@gaus-kommunikation.de
www.coaching2business.de

Ich unterstütze Unternehmen und Mitarbeiter gerne dabei, dass Kommunikation ihr Ziel erreicht. Verständlich, lösungsorientiert mit Mitarbeitern, Kunden und Geschäftspartnern zu kommunizieren - und das passend für jedes Alter - das ist mein Thema.

Profitieren Sie von meinen mehr als zwanzig Jahren Erfahrung in unterschiedlichen Funktionen in Unternehmen und als selbstständige Trainerin, Mediatorin und Beraterin.

Das Seminar auf einen Blick

Wann: 22. Januar 2015
9:00 Uhr bis 17:30 Uhr

Wo: Seminarhaus am Steighof, Wehingen

Investition: 295,00 EUR inkl. MwSt. je Teilnehmer. Darin enthalten sind die Seminarunterlagen, Tagungsgetränke und ein kleiner Imbiss.

Teilnehmer: Maximal 10 Teilnehmer

Details und Anmeldung:
Telefonisch oder per E-Mail bei einer der beiden Trainerinnen.

Bei Anmeldung von drei Teilnehmern erhalten Sie 100 EUR Rabatt auf den Gesamtpreis!

Sie möchten das Seminar **Ihren Mitarbeitern** schenken? Sie können es auch **als Inhouse-Seminar buchen**. Gerne senden wir Ihnen ein Angebot.

Den Arbeitsalltag mit Leichtigkeit meistern!

Das Seminar für mehr Widerstandsfähigkeit und Stressresistenz

Selbstmanagement: Zeit gewinnen für mehr Gesundheit und Lebensqualität im Beruf!

mit Renate Gaus und Christine Moser am
22. Januar 2015 Seminarhaus am Steighof, Wehingen

Zielgruppe: Menschen im Beruf, die für sich eine bessere Selbststeuerung und mehr Stressresistenz gewinnen möchten.

Die Themen: Sie schaffen sich Klarheit für Ihre Ist-Situation und lernen Instrumente zur Selbststeuerung kennen. Wie können Sie sich selbst stärken? Sie kennen Ihre persönliche Ressourcen und Stärken und setzen Sie ein für mehr Resilienz im Alltag. Sie wissen, wie Sie sich widerstandsfähig machen können und entwickeln Ihr ganz persönliches Anti-Stressprogramm für den Alltag.
Fragen, die Sie für sich ganz individuell klären werden:

- Was treibt mich an? Wie und warum überfordere ich mich selbst?
- Wie kann ich Stress bewältigen?
- Wie erreiche ich Work-Life-Balance?
- Wie kann ich meine Arbeit so priorisieren und organisieren, dass ich meine Ziele erreiche?

„Oft sind es gut genutzte Mußestunden, in welchen der Mensch das Tor zu einer neuen Welt findet."
George M. Adams

Sie fühlen sich ständig gefordert im Beruf, in der Familie und in der Freizeit? Sie wünschen sich Kraft, um für sich selbst gut zu sorgen?

Wenn Sie nach so etwas wie Hornhaut auf der Seele suchen, um den wachsenden Anforderungen gut begegnen zu können, wird es Zeit, sich in unserem Seminar mit Ihrer seelischen Widerstandskraft zu beschäftigen.

Brechen Sie für einen Tag aus dem Hamsterrad und nehmen Sie sich Zeit für sich selbst, um eine Standortbestimmung durchzuführen.

Welches sind die Anforderungen, denen ich mich stellen möchte im Jahr 2015?
Was ist mir wirklich wichtig und was lasse ich zukünftig sein?

In unserem Seminar erarbeiten Sie sich einen Masterplan, der Sie gut durch den Dschungel aus Anforderungen und Hetze im Neuen Jahr bringt.

Foto auf der Titelseite: Fotolia_19011710_L© WavebreakMediaMicro - Fotolia.com.