



Frau-Sein mit 50plus

Was liegt mir am Herzen?

Suchen Sie neue Impulse, um Veränderungen in Ihrem Berufs- oder Privatleben anzustossen? Schaffen Sie sich Klarheit über Ihre Werte und Bedürfnisse. Entdecken Sie Ihr Potential und Ihre Ressourcen.

Im Workshop lade ich Sie ein, folgenden Fragen nachzugehen:

- * Tue ich das, was mir am Herzen liegt?
- * Welche Träume beflügeln mich?
- * Was motiviert mich?

Workshop-Ziel

- * Klären der eigenen Situation
- * Ausloten neuer Perspektiven und Handlungsoptionen
- * Selbstbestimmte statt fremdbestimmte Ziele wählen

Workshop-Inhalt

- * Umgang mit Entscheidungs- und Veränderungsprozessen
- * Zusammenspiel von Verstand, Körper und Gefühlen
- * Persönliche Ressourcen stärken

Dieser Workshop bietet Impulse, um notwendige oder gewünschte Veränderungen anzustossen.

Daten:	6. Dezember 2019 11. Januar 2020	(Anmeldung bis 1. Dezember 2019) (Anmeldung bis 5. Januar 2020)
Gruppengrösse:	3 bis 6 Personen	
Seminarorte:	Seilergraben 61, 8001 Zürich (http://map.search.ch/8001-zuerich/seilergraben-61)	
Zeit:	9.00 – 12:30 und 13:30 – 16.30 Uhr	
Seminarkosten:	290 CHF	
Anmeldung:	info@renata-merz.ch oder Tel. 079 585 61 35	
Leitung:	Renata Merz, Psychologin SBAP, Fachpsychologin in Arbeits- u. Organisationspsychologie, 8620 Wetzikon, Tel. 079 585 61 35, www.renata-merz.ch	