



Frau-Sein mit 50plus

Eigene Stärken entdecken

Wünschen Sie sich mehr Klarheit über Ihre Stärken, Werte und Bedürfnisse? Suchen Sie neue Impulse, um Veränderungen in Ihrem Berufs- oder Privatleben anzustossen? Möchten Sie neue Perspektiven kennenlernen?

Im Workshop lade ich Sie ein, folgenden Fragen nachzugehen:

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

Workshop-Ziel

- * Klären der eigenen Situation und der eigenen Stärken
- * Ausloten neuer Perspektiven und Handlungsoptionen
- * Eigene, statt fremdbestimmte Ziele wählen

Workshop-Inhalt

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

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

Workshop Daten:	4. Juni 2021 28. August 2021 27. November 2021	(Anmeldung bis 28. Mai 2021) (Anmeldung bis 21. August 2021) (Anmeldung bis 20. November 2021)
Gruppengrösse:	3 bis 5 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	
Leitung:	Renata Merz, Psychologin SBAP, Fachpsychologin in Arbeits- u. Organisationspsychologie, 8620 Wetzikon, Tel. 079 585 61 35, www.renata-merz.ch	