



Work – Life - Balance

Thema	<p>Ob wir es Work-Life-Balance oder nur Life-Balance nennen ...: Im Leben geht es immer um das Bestreben von Balance und Ausgewogenheit. Von diesem Gleichgewicht hängt unser Überleben, unsere Lebensqualität und unsere körperlich-seelische Verfassung ab.</p> <p>In unserer heutigen schnelllebigen und hektischen Zeit mit vielen unterschiedlichen Anforderungen in Arbeitswelt, Familie, Freizeit, Verein, Gesellschaft und Freundeskreis zeigt sich oft das Gefühl, es allen Recht machen zu müssen aber selbst dabei zu kurz zu kommen. Innerlich entsteht dabei die Empfindung des Verlustes der Balance, der inneren Mitte. In manchen Fällen kann dies bis zum Burnout Syndrom führen.</p> <p>Am liebsten würde man das Leben mal anhalten!</p> <p>Vieles, was wir tun, wird vom Unterbewussten gesteuert. Aber mit unserem Bewusstsein können wir unsere Lebensweise und unser Handeln beeinflussen. Wir haben die Möglichkeit zu wählen und etwas zu verändern, wenn wir merken, dass unsere Balance nicht mehr stimmt. Für jeden bedeutet Gleichgewicht etwas anderes und im Laufe des Lebens verändern sich auch viele Bedürfnisse.</p>
Inhalt	<ul style="list-style-type: none"> • Sie beleuchten Ihre Lebensbereiche • Sie kristallisieren Ihre Werte und Fähigkeiten heraus • Sie lernen klare Ziele setzen • Sie erlernen einfache selbsthypnotische Methoden der Entspannung
An wen richtet sich das Seminar	<p>An Menschen,</p> <ul style="list-style-type: none"> • die bewusster ihren Alltag leben möchten • die in ihrem Leben noch mehr das Gefühl des Gleichgewichts erleben möchten • die ein Werkzeug zum Selbstmanagement kennen lernen möchten
Voraussetzungen	<ul style="list-style-type: none"> • Keine; Bereitschaft, Neues kennen zu lernen und zu erproben
Daten & Zeit	<p>2012: Freitag, 02. März 2012 jeweils von 9.30 – 17.30 Uhr</p>
Kosten	<p>Franken 260.–</p>
Ort & Leitung	<p>CORE Praxis und Ausbildungszentrum, Hertensteinstrasse 10, 5408 Ennetbaden Karin Streuli, NLP Lehrtrainerin, Lehrcoach DVNLP, Systemische Therapeutin, DGSF</p>

Nach Eingang Ihrer Anmeldung erhalten Sie eine Bestätigung. Die Seminargebühren sind bis 20 Tage vor Kursbeginn einzubezahlen. Bei Rücktritt bis 2 Wochen vor Veranstaltungsbeginn wird eine Bearbeitungsgebühr von 50 Franken berechnet. Bei Rücktritt bis eine Woche vor Beginn werden 50 % der Kosten fällig. Bei späterer Absage kann die Kursgebühr nicht mehr zurückerstattet werden, es sei denn, der Teilnehmer findet einen Ersatz. Sollte das Seminar abgesagt werden, wird der gesamte Betrag zurückerstattet.



Anmeldetalon für das Seminar „Work-Life-Balance“ vom _____

Name Vorname

Strasse

PLZ Ort

Telefon Fax

E-Mail Beruf

Datum Unterschrift

Senden an: CORE Praxis und Ausbildungszentrum, Hertensteinstrasse 10, 5408 Ennetbaden