

#### Tagesseminar für Frauen und Männer

## Alle Lebensbereiche in Einklang bringen

Stellen Sie sich vor, Ihr Leben wäre ein Tisch vollbeladen mit wunderbaren Köstlichkeiten: Erfahrungen, Kompetenzen, Ressourcen, Gefühlen, Schönheit, Fülle, Erfolg.

Die Tischbeine, die Ihr Leben tragen, sind die vier Säulen der Lebensbalance:

- |                      |                             |
|----------------------|-----------------------------|
| 1. Arbeit/Finanzen   | 2. Familie/Soziale Kontakte |
| 3. Gesundheit/Körper | 4. Sinn/Werte/Kultur        |

Sofern ein Lebensbereich vernachlässigt wird, wackelt der Tisch und das Leben gerät in ein Ungleichgewicht.

## Sorgen Sie für Stabilität und Balance!

## Mit Coaching & Meer schärfen Sie Ihren Blick auf die wichtigen Dinge in Ihrem Leben!

In diesem Seminar überprüfen Sie, wie Sie Ihre einzelnen Lebensbereiche ausfüllen. Sie lernen, die Aufmerksamkeit auf alle Lebensbereiche zu richten und damit Risiken für Gesundheit und Wohlbefinden abzuwenden.

Das Arbeiten mit **EFI (EigenFörderImpulse)** erleichtert Ihnen die Umsetzung Ihres Planes.

Wir arbeiten mit kreativen Methoden, Gruppen- und Einzelarbeit wechseln sich ab.

#### Zielgruppe:

Menschen, die glücklich und erfüllt leben wollen

#### Kosten:

99,00 €/Privatperson  
129,00 €/TN in Unternehmen

#### Gruppengröße:

4 - 8 TeilnehmerInnen

#### Enthaltene Leistungen:

Seminargebühr  
Seminarmaterialien

**Anmeldung**  
**Coaching & Meer**  
Sabine Höhne

**Ort:**  
Lübeck

**Zeit**  
auf Anfrage  
Tagesseminar

Schützenstr. 40  
23558 Lübeck  
Tel.: 0451 - 883 48 16  
Mobil: 01577 - 181 16 71  
Fax: 03212 - 108 79 67  
dialog@coaching-und-meer.de  
www.coaching-und-meer.de