



Schweizer
Kader
Organisation

Netzwerk für Kader und alle, die es werden wollen



Peter Bürki

Coaching & Communication
Hauptgasse 33
4600 Olten

062 9264390
info@czo.ch
www.coachingzentrum.ch



Romy Gerhard

HRnet, Zürich
romy.gerhard@hrnet.ch
www.hrnet.ch

Winterthur

Au / Wädenswil

Wil

Lebenskonzepte: Life-Work-Balance

Eine Reise zu mehr Lebensqualität und innerer Fitness. Entwickeln Sie Ihre einzigartige Persönlichkeit weiter und leben Sie bewusst Ihr Lebenskonzept. Es geht um Fragen Ihrer persönlichen Lebensgestaltung und um Ihr Wohlbefinden. Geben Sie sich die Möglichkeit an diesem TrendShop herauszufinden, was Sie vom Leben wirklich wollen und machen Sie sich auf den Weg, die gesteckten Ziele zu erreichen. Entdecken Sie, was für Sie wertvoll und sinnvoll erscheint, finden und leben Sie ganz bewusst Ihr Lebenskonzept, ihren Kompass.

Kursinhalte

- Persönliche Standortbestimmung mit dem Lebensrad
- Arbeiten mit verschiedenen Fragetechniken
- seine Ressourcen finden
- Erstellen eines Aktionsplanes bezogen auf die persönliche Standortbestimmung
- Integration und Transfer eines möglichen Aktionsplanes

Kursziele

- Sie sind sensibilisiert dafür, was Sie bewegt und berührt
- Sie erkennen anhand von verschiedenen Tools, was Sie ausmacht
- Sie benennen die Lebensbereiche, die Ihnen am Herzen liegen
- Sie finden mögliche Wege zu mehr Lebensqualität

Arbeitsformen

- Informationsvermittlung
- Selbstreflexion
- Diskussion
- Übungen

Do, 4. Februar

Kurs Nr. 02

Hotel Banana City, Schaffhauserstr. 8
8400 Winterthur, www.bananacity.ch

Mo, 10. Mai

Kurs Nr. 18

Landgasthof Halbinsel Au, Austrasse 59
8804 Au ZH, www.halbinselau.ch

Do, 2. September

Kurs Nr. 27

Restaurant Hof zu Wil, Marktgasse 88
9500 Wil, www.hofzuwil.ch

Kursdauer

18 bis 21 Uhr, inkl. Verpflegung