

Selbstfürsorge – was für ein schönes Wort! Wenn wir wissen, was uns stärkt, wird sie zum Glücksbringer. An diesem Intensivtag beschäftigen wir uns damit, in welchen Rollen wir leben, wohin die Zeit geht und wie wir unsere Ressourcen und Kräfte aktivieren. Wichtigster Tagesordnungspunkt: ICH. Mit praktischen und ganz unterschiedlichen Möglichkeiten gelebter Selbstfürsorge wappnen wir uns für den Alltag. Eine individuell zu vereinbarende DENKPAUSE bringt Ihre Ideen weiter ins Fließen.

Intensivtag:

So. 26.04.2020, 10:30 - 15:30 Uhr

DENKPAUSE von 1,5h

(individueller Termin)

Ort:

MAZ e.V. Stockstadt Odenwaldring 33 64589 Stockstadt/Rh.

Teilnehmerzahl:

5 – 8 Teilnehmer

Leitung:

Dr. Anke Melchior www.denkpause-im-lebensfluss.de

Methoden:

Kreative Methoden aus dem Systemischen Coaching und der Biografiearbeit in Einzelarbeit oder Kleingruppe, Impulsvorträge

Kosten - Verbindliche Anmeldung

Kosten für den Thementag und 1 Einzelberatung nach individueller Vereinbarung inkl. Material, Skript, Pausensnack und Getränke 129,- EUR / MAZ-Mitglieder 99,- EUR Anmeldung bis 03.04.2020 unter info@m-a-z.org oder info@systemische-beratung-melchior.de.
Sie erhalten eine E-Mail als Bestätigung.

Dr. Anke Melchior

Diplom-Pädagogin Systemische Beraterin (DGSF e.V.) Trainerin für Biografiearbeit (Lebensmutig e.V.)

Rheinstraße 12, 64589 Stockstadt am Rhein, Mobil: 0152 – 52 49 95 19 E-Mail: info@systemische beratung melchior.de, www.denkpause-im-lebensfluss.de Erfahren Sie mehr zum Thema in meinem BLOG und Newsletter auf der Homepage.



Reihe "Viele Wege zum Glück!" zum 15jährigen Jubiläum





