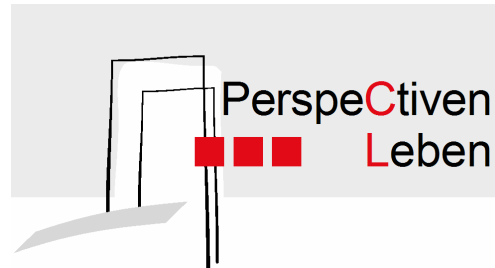


**„Du hältst die Zukunft in
Deinen Händen, denn Du
bist für das
verantwortlich was Du
tust und auch für das
was Du nicht tust“**

Freitag
17.00 – 21.00 Uhr
+
Samstag
10.00 – 17.00 Uhr

Limburgstr. 27
73230 Kirchheim/Teck

Investition für beide Tage
inkl. Skript, Getränke und
Snacks in den Pausen
exkl. Mittagessen
€ 149,--



Claudia Lippkau
Trainerin, Systemischer
Coach und Business Coach
Albert-Schweitzer-Weg 4
73274 Notzingen

Telefon 07021 / 97 14 97

eMail: c.lippkau@
perspektiven-leben.de

www.perspektiven-leben.de

Vom Lebensverwalter ... zum Lebensgestalter

Leben und Arbeiten im
Gleichgewicht



**Das Work-Life-Balance
Training für Ihr
körperliches, geistiges
und seelisches
Gleichgewicht**

Kennen Sie das auch, man hat das Gefühl, dass an allen Ecken und Enden an einem gezogen wird und man nicht mehr weiß, was man zuerst erledigen soll?

Im beruflichen Alltag soll man Höchstleistungen erbringen und auch der Familie und den Freunden möchte man gerecht werden. Wo bleibt man dann selbst dabei?

Kommen Sie sich und Ihrer Kraft wieder näher und erfahren Sie, was Ihnen wichtig und wertvoll ist!



1.Tag

Freitag

17.00 – 21.00 Uhr

Ankommen und Kennen lernen

Das Work-Life-Balance Konzept

Der glücklichste Tag in meinem Leben

Identifizieren der Energieräuber

Mein Stärken-/Fähigkeitenprofil

Entspannungsübung zum Ausklang

2.Tag

Samstag

10.00 – 17.00 Uhr

Mit neuer Energie in den Tag

Meine eigene Lebensvision entwickeln

Stressmanagement und Entspannung

Die eigenen Werte erkennen und zielgerichtet ins Leben integrieren

Ich bin der wichtigste Mensch in meinem Leben

Kraftvoll in den Alltag