

Strukturiert, transparent und kreativ
zu neuen Perspektiven, Klarheit und mehr Lebensfreude!

50 plus Zeit für eine Rückschau und Gestaltung Ihrer Lebens(t)räume



Kursbeschreibung

- Reflexion des beruflichen und persönlichen Werdegangs
- Analyse der individuellen Stärken und Fähigkeiten, Interessen und Potenziale
- Umgang mit Lebenserfahrung, Schicksalsschlägen und Veränderungen
- Strategien für Glück, Zufriedenheit, Authentizität und gesunde Einstellungen
- Entwickeln neuer Perspektiven, Projekte, Wünsche, Ziele nach der Lebensmitte
- Planung und Umsetzung im Alltag

Zielgruppe: Menschen nach der Lebensmitte, die sich Zeit für eine Zwischen-Bilanz gönnen und aktiv für ihre (noch nicht gelebten) Träume und Wünsche einstehen möchten sowie für alle, die ihre Zukunft und ihren Lebensabend nicht nur dem Zufall überlassen.

Ziel: Sie gewinnen Klarheit über Ihre individuellen Bedürfnisse und persönlichen Lebensziele, die Sie nach Möglichkeit noch vor oder während Ihrer Pension realisieren möchten und aktivieren Ihre Ressourcen bei der Ausgestaltung Ihrer Zukunftspläne.

Daten: Tageskurse 09:00-16:00 Uhr, Daten auf Anfrage (siehe Anmeldung unten).

Kosten: CHF 350.— je Workshop pro Person inkl. Unterlagen und Pausengetränke.

Durchführung: Muristrasse 60, 3006 Bern (Burgernziel).

Leitung: Barbara Erb Ebener, Coach MAS FHNW / Supervisorin und Coach BSO
Mitglied BSO Berufsverband für Coaching, Supervision und Organisationsberatung.

Infos und Anmeldung: Barbara Erb Ebener, 079 821 39 71, ghostar@bluewin.ch

Name/Vorname:

Adresse/PLZ/Ort:

Telefon/Natel: Email:

Ich interessiere mich für den Workshop: „50+ **Lebensträume**“ in folgendem Zeitraum:

Wochentag: Mo. Di. Mi. Do. Fr. Sa. (bitte mögliche Daten ankreuzen)

Monat: Jan Feb Mär Apr Mai Jun Jul Aug Sep Okt Nov Dez

Ort/Datum: Unterschrift: