

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

## Gut gerüstet in Zeiten der Veränderung ?



### Kursbeschreibung

- Zeitperspektiven: im Netzwerk von Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft
- Die positive Lebensbilanzierung, Sichtweisen und Wahrnehmung schärfen
- Fördern von sinnstiftenden Tugenden, Stärken und Lebenszielen
- Energie tanken, Wohlbefinden und Gesundheit fördern
- Vom euphorischen OK zum Nicht-OK der totalen Verunsicherung
- Schicksal oder Chance? Vom entschiedenen Umgang mit Veränderungen
- Loslassen von alten Glaubenssätzen, behindernden Mustern und Emotionen

**Zielgruppe:** Möchten Sie wieder „in Fluss“ kommen und sind Sie offen für Reflexion und neue Wege?

**Ziel:** Das einzige Konstante unserer Zeit sind Veränderungen. Sie lernen neue Methoden und Sichtweisen kennen, die Ihnen ermöglichen, dem steten Wechsel und Neuerungen leichter und gelassener zu begegnen.

**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](mailto:ghostar@bluewin.ch)

Name/Vorname: .....

Adresse/PLZ/Ort: .....

Telefon/Natel: ..... Email: .....

Ich interessiere mich für den Workshop: „**Veränderung**“ 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: .....