

## **Resilienz - ein Ausflug zu Ihren Stärken - ein Weg zu gesundem Engagement im ArbeitsLeben.**

Sagen Sie „Ja“ zu sich selbst und gehen Sie gestärkt und zufrieden nach Hause und in den nächsten Tag.

Weil Sie es sich wert sind!

Weil Sie es verdienen, kraftvoll und zufrieden zu sein, und in Ihrem Leben täglich das zu tun, was Sie am besten können.

**Ihr Workshop im Coaching-Gruppenformat mit bis zu 6 Personen startet in Dortmund am Samstag, den 22. August 2020 um 9:00 Uhr.**

Im wertschätzenden Austausch mit anderen richten Sie den Blick auf Ihre Stärken. Widerstandskraft (Resilienz) und Selbstbewusstsein helfen Ihnen bei der Gestaltung ihres ArbeitsLebens.

### **Gegen innere Kündigung - für gesundes Engagement**

Entlasten Sie sich von dem schweren, übervollen Rucksack der täglichen Anforderungen, der Sie in die Knie zwingt und Sie ermüdet.

Halten Sie inne und erkennen Sie Ihre Stressoren.

Wie sieht es im Moment genau aus?

Lassen Sie uns gemeinsam hinschauen.

Holen Sie sich Ihr Wohlbefinden zurück. Packen Sie Ihren Rucksack so, dass Sie ihn schultern können.

**Der Kontakt mit sich selbst, mit der eigenen Kraft, mit dem was Sie fühlen, mit Ihren Werten und Zielen schafft Zufriedenheit.**

**Sie sind dabei? Dann schreiben sie eine Mail an:**

**[info@andrea-brueske-beratung.de](mailto:info@andrea-brueske-beratung.de)**

**Gönnen Sie sich Ihre persönliche Zufriedenheit für 119,50 € (incl. Kaffee, Tee, Wasser und kleinen Pausen - Häppchen)**

**In einem persönlichen Telefonat klären wir vorab Ihre Erwartungen an den Workshop.**

In diesem Workshop schenken wir uns gegenseitige Wertschätzung für das was uns im ArbeitsLeben gelingt. Wir feiern Ihre Erfolge und Sie entwickeln aus dem was gelungen ist Ideen für Ihr zukünftiges Handeln

Sie sind sich selbst bewusst,  
sagen nur Ja, wenn sie auch ja meinen,  
freuen sich an dem, was sie gerade tun,  
sehen was an Gutem da ist und ändern was zu ändern ist.

**Pflegen Sie Ihre Widerstandskraft für ein zufriedenes und selbstbewusstes Leben.**

**Um 16:00 Uhr gehen Sie gestärkt nach Hause.**

Ich freue mich auf Sie

Andrea Brüske