



---

FÜR MENSCHEN MIT  
LUST AUF VERÄNDERUNG

---

## FÜR WEN IST DIESES SEMINAR?

Dieses Seminar ist in erster Linie für Menschen in der Umbruchphase gedacht. Sie haben schon viel erlebt und sind jetzt in der Situation dass Sie selbst bestimmt Ihre Lebenssituation positiv verändern wollen.

*Ein maßgeschneidertes Seminar, das auf die individuellen Bedürfnisse jeden Teilnehmers eingeht.*

## SEMINAR-INHALTE

Wie kann ich herausfinden, was ich wirklich möchte und was zu mir passt? Was kann ich dazu tun, meine Wünsche und Träume zu realisieren? Wie definiere und formuliere ich meine Ziele und wie setze ich mein Vorhaben Schritt für Schritt in die Tat um?

Diese und andere Fragen sind unter anderem Inhalt des Seminars.

- **Sie erhalten Entscheidungshilfe**
- **Gemeinsam können neue Visionen entwickelt und Handlungsmöglichkeiten erarbeitet werden**
- **Selbstvertrauen kann gestärkt werden den eigenen Weg zu gehen**
- **Jeder erstellt seine eigene Visionstafel**
- **Mit Freude, Spaß und Lust auf Veränderung sich innerhalb der Gruppe unterstützen, austauschen und motivieren.**

## ANGEWANDTE TECHNIKEN

Das Anliegen und die Bedürfnisse der Gruppe stehen im Vordergrund. Die angewandten Techniken werden deshalb passend zusammengestellt und können in den Seminaren variieren.

Unter anderen können folgende Methoden angewandt werden:

- **Familienstellen • Entspannungsübungen • Visualisierung**
- **Erstellen von Visionstafeln • Checklisten • Und anderes**

## ANMELDUNG

Die nächsten Termine sowie Preise entnehmen Sie bitte dem Hauptprogramm, oder informieren Sie sich über [www.micaela-zabel.de](http://www.micaela-zabel.de)  
Anmelden können Sie sich persönlich, per Telefon oder schreiben Sie eine Mail an: [Micaela.Zabel@t-online.de](mailto:Micaela.Zabel@t-online.de) – auf eine schöne Begegnung!

**Micaela Zabel - Danziger Str. 9 . 71229 Leonberg - Tel. 07152 45264**