

Neujahrsvorsätze umsetzen - ZRM®- Grundkurs

- ☞ **Starten Sie mit einem motivierenden Motto ins neue Jahr 2024**
- ☞ **Setzen Sie eigene Vorsätze endlich in die Tat um**
- ☞ **Realisieren Sie Ihre Herzenswünsche**
- ☞ **Fällen Sie Entscheide, die sich richtig gut anfühlen**
- ☞ **Tun Sie das, was Sie wirklich wollen**

Wie Vorsätze Wirklichkeit werden, können Sie hier lernen.



In diesem Selbstmanagementtraining lernen Sie, Vorsätze längerfristig und ohne grosse Willensanstrengung umzusetzen. Sie erleben zwei kurzweilige, aufbauende Tage und beginnen bereits im Kurs, Ihre Vorsätze in die Tat umzusetzen. Der Kurs folgt einem klar strukturierten Prozessablauf und ist sehr ressourcen- sowie transferorientiert. ZRM® ist eine wissenschaftlich fundierte Methode, welche von Dr. Maja Storch und Dr. Frank Krause¹ entwickelt wurde. Dieser anerkannte Grundkurs berechtigt zur Teilnahme am ZRM®-Zertifikatslehrgang. Von ZRM® profitieren alle, die sich im Privat- oder Berufsleben neue Verhaltensweisen aneignen möchten oder dieses Knowhow weitergeben möchten. Es sind keine speziellen Voraussetzungen erforderlich.

¹ www.ismz.ch und www.zrm.ch

Termine	Ort	Kurszeiten
Freitag und Samstag, 24./25. November 2023	Online	2 Kurstage à je 6h jeweils von 08.30h bis 16.00h, 1h Mittagspause
Donnerstag, 30. November 2023		Follow-up à 3h 17.00 – 20.30h mit 1/2h Pause

Ihre Investition: Fr. 690 inkl. Kursunterlagen, Protokoll und Teilnahmebestätigung. Zeitaufwand: 15h (Bedingung für anerkannten ZRM® Grundkurs) sowie Zeit für individuelle Nachbereitung

Gruppengrösse: Durchführung ab 6 Teilnehmenden garantiert, max. 10 Teilnehmende, Anmeldung sowie Teilnahme- und Geschäftsbedingungen auf: www.mariannebreu.ch

Referentin: Dr. Marianne Breu, Pädagogin, Soziologin, Psychologin, Laufbahn-Coach CAS, Erwachsenenbildnerin SVEB, Zertifizierte ZRM®-Trainerin.

Haben Sie Fragen? Ich freue mich auf Ihren Anruf: 079 227 57 15

Selbstmanagement mit ZRM® macht Spass und wirkt!