

## Alles neu macht der Mai - ZRM®- Grundkurs

- ☼ **Mit Schwung in den Frühling starten**
- ☼ **Ein Vorhaben zum Blühen bringen, welches schon lange in Ihnen schlummert**
- ☼ **Machen Sie Frühlingsputz und tun Sie das, was sich wirklich wollen**
- ☼ **Erhalten Sie Klarheit und gestalten Sie Ihr Leben nach Ihren Vorstellungen**
- ☼ **Fällen Sie Entscheide, die sich richtig gut anfühlen**

Wie Sie Ihrem Leben neuen Schwung geben können.



Vielleicht tragen Sie schon länger einen Wunsch mit sich herum, aber konnten ihn bisher nicht realisieren? In diesem besonderen Selbstmanagementtraining lernen Sie, welche Schritte Ihr Wunsch bis zur konkreten Umsetzung durchlaufen muss. Sie erleben zwei kurzweilige, aufbauende Tage und beginnen bereits im Kurs Dinge neu anzugehen und werden dabei bestens unterstützt und begleitet. 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 Krause<sup>1</sup> 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, ein kleineres oder grösseres Vorhaben realisieren wollen oder dieses Knowhow weitergeben möchten. Es sind keine speziellen Voraussetzungen erforderlich.

<sup>1</sup> [www.ismz.ch](http://www.ismz.ch) und [www.zrm.ch](http://www.zrm.ch)

Termine	Ort	Kurszeiten
Freitag und Samstag, 12./13. Mai 2023	Online via Teams	2 Kurstage à je 6h jeweils von 08.30h bis 16.00h, 1h Mittagspause
Donnerstag, 25. Mai 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. 12 Teilnehmende, Anmeldung sowie Teilnahme- und Geschäftsbedingungen auf: [www.mariannebreu.ch](http://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!**