



„Sich verlieren und sich finden im Labyrinth der Wechseljahre“

(Selbst) Coaching für eine besondere Zeit im Leben der Frau

- Haben Sie auch manchmal das Gefühl, sich im Labyrinth der Wechseljahre zu verlaufen?
- Oder sagen Ihnen Andere, dass Sie anstrengend, launisch oder ungenießbar seien?
- Und Sie erkennen sich selbst nicht wieder?

Liebe Frauen,

Wir befinden uns an der Schwelle in eine neue Lebensphase, in der wir uns erlauben dürfen, Bilanz unseres bisherigen Lebens zu ziehen. Viele Frauen werden von den körperlichen und psychischen Symptomen der Wechseljahre und des Älterwerdens überrascht und kommen dadurch gelegentlich an ihre Grenzen.

Mit meinem Seminar möchte ich Ihnen Möglichkeiten aufzeigen, wie wir Frauen es selbst in der Hand haben, ob wir die Wechseljahre als vorübergehende natürliche Phase annehmen und dadurch sogar die Chance erhalten, die zweite Lebenshälfte nach unseren Vorstellungen umzugestalten oder ob wir uns in vertrauter Unzufriedenheit weiterhin zum Opfer der Umstände erklären.

Anhand fundierten medizinischen und psychologischen Hintergrundwissens lernen Sie Ihren Körper in den Wechseljahren besser zu verstehen. Mit verschiedenen Coaching –Techniken und Entspannungsmethoden werden wir **Ihre** Werte, Bedürfnisse, Stärken und innere Blockaden aufspüren, um **Ihre Ziele** für die Zukunft möglichst kraftvoll umzusetzen.

Ich freue mich auf Sie

ORGANISATORISCHES :

TERMIN : 6.und 7. November 2021

KURS -ZEITEN : SA 6.11. 9.00 - 19 Uhr , SO 7.11. 9.00- 14Uhr INCL PAUSEN

ORT : Seminarhof Iber (zwischen Moringen und Einbeck)

Übernachtungsmöglichkeiten sind vorhanden, Selbst- Verpflegung erforderlich, aber möglich

KOSTEN: 250 Euro

Kursleitung:



Sabine Sanchez Rodriguez, Jg.61, verheiratet, zwei erwachsene Kinder

Physiotherapeutin und Dozentin für Physiotherapie an der UMG mit Schwerpunkt Gynäkologie.

zertifizierte Coach (IHK)

ANMELDUNG & INFORMATIONEN :

- wachstumswurzeln@web.de oder s.sanchez@med.uni-goettingen.de
- 0176-38229709

Interessensbekundung & Anmeldebogen für Seminar: „(Selbst) Coaching in den Wechseljahren“

Persönliche Daten:

Vor-und Zuname	
Postanschrift	
Rechnungsanschrift	
E-Mail Adresse	
Telefon	

Formales

- Nach Eingang der schriftlichen Anmeldung erhalte ich zeitnah eine Bestätigung sowie die Rechnung, die ich innerhalb einer Woche nach Erhalt der Anmeldebestätigung und Rechnung überweise.
- Ihre Anmeldung (per Post oder als PDF Anhang per Mail) wird entsprechend des schriftlichen Eingangsberücksichtigt und ist verbindlich. Nach Eingang Ihrer Anmeldung erhalten Sie zeitnah eine Anmeldebestätigung sowie die Rechnung per Mail, die Sie dann bitte in jedem Fall vor Beginn überweisen.
- Ein Rücktritt muss schriftlich erfolgen. Ich berechne eine Bearbeitungsgebühr von 30 Euro, den Rest der Summe erhalten Sie zurück. Bei einer Stornierung ab 1 Woche vor Fortbildungsbeginn wird das halbe Teilnahmeentgelt fällig. Bei Absagen ab 4 Tagen vor Fortbildungsbeginn wird das volle Teilnahmeentgelt fällig. Es ist evtl. eine Vertretung der angemeldeten Person möglich. Sollten durch die Corona Pandemie Absagen aufgrund rechtlicher Bestimmungen nötig sein, ist ein kurzfristiger Rücktritt ohne Bearbeitungsgebühr möglich.
- Für das Zustandekommen des Workshops ist eine Mindestanzahl von 6 Teilnehmenden erforderlich; sollte diese nicht erreicht werden, behalte ich mir vor, die Fortbildung abzusagen. In diesem Fall erfolgt die volle Rückerstattung des Teilnahmeentgelts. Bitte haben Sie dafür Verständnis.
- Weitergehende Ansprüche an mich als Veranstalterin bestehen nicht.
- Die Teilnahmebedingungen habe ich zur Kenntnis genommen und bin damit einverstanden.

Ort, Datum

Unterschrift