



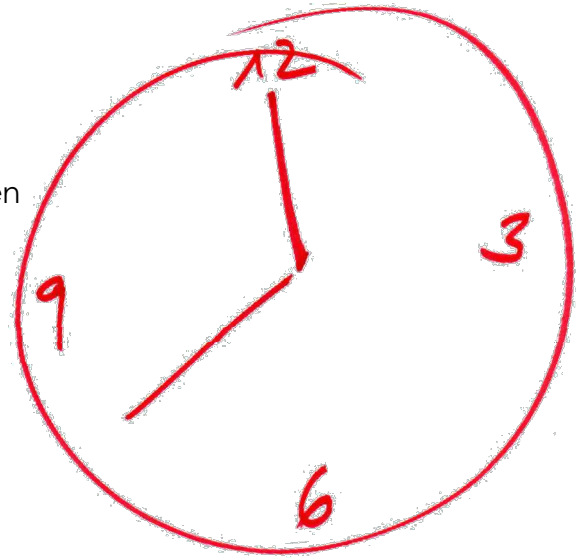
bewegung

praxis für berufsweg-beratung

Über den sinnvollen Umgang mit Zeit

„Zeit ist Leben und das Leben wohnt im Herzen
je mehr die Menschen daran sparen
desto hastiger und kälter wird ihr Dasein
und desto fremder werden sie sich selbst“

aus Momo v. Michael Ende



In unserer heutigen, hektischen schnelllebigen und vom Fortschritt bestimmten Zeit, fällt es immer schwerer, die Balance für ein erfülltes Leben zu führen. Unzählige Ratgeber, Bücher, Aufsätze versuchen Lösungen zu geben und Antworten zu finden, **aber**: Wir können selber in Bewegung kommen und jetzt beginnen.

In meinem Coaching über den sinnvollen Umgang mit der Zeit, gebe ich Impulse und Anregungen, den Anforderungen des Alltags gerecht zu werden.

Die Analyse der eigenen Lebenssituation ist wichtige Voraussetzung, um Maßnahmen zu ergreifen, die „Zeiträuber“ nicht von uns Besitz ergreifen zu lassen.

Es geht darum Ihre Lebenszeit angemessen zu verwalten, um ein identisches Leben zu führen.

Inhalte: Wichtige Lebenssäulen, Energieverteilung, Zeitdieben auf die Spur kommen, Ziele setzen, Prioritäten bestimmen und vorausschauend planen