

**Was würden Sie als
Erstes in Ihrem Leben
verändern, wenn Sie
wüssten, dass es ganz
leicht ist?**

**Reisen in ein Fischerdorf –
ankommen bei sich selbst**

*Sie möchten ... Ihr Leben neu ausrichten
... den Blick weiten
... Denken, Fühlen und Tun
in Einklang bringen*



Als Coachin weiß ich um die Herausforderungen in unserer Lebensmitte. Ich begleite Sie durch diese intensive Zeit.

Stets bestimmen Sie auf dieser Reise, wo der Weg lang führt.

**Lassen Sie uns mit Humor und Zuversicht
Ihren Stein ins Rollen bringen.**

Kontakt Elisabeth Faßbender
Systemische Coachin DGSF
mobil: 0173 911 24 66
reise@midlife-coaching.koeln
www.midlife-coaching.koeln

***Nehmen Sie sich eine Auszeit, und gönnen
Sie sich Midlife Coaching in Portugal.***

Das erwartet Sie:

- 6 Tage in der Ferienanlage Aldeia Oasis in Ferragudo, Algarve/Portugal
- ein wohltuender Ort mit mediterranem Garten, Pool und großer Dachterrasse mit Meerblick
- 3 individuelle Einzelcoachings à 90 Minuten – auf Wunsch auch beim Wandern
- regelmäßige Entspannungseinheiten am Abend
- kleine Gruppe mit maximal 4 Teilnehmer/innen

Detaillierte Informationen finden Sie unter www.midlife-coaching.koeln. Gerne können Sie mich für ein kostenloses Vorgespräch kontaktieren.

Auszeit

Midlife Coaching in Portugal

Eine Reise zu sich selbst



***Wenn es nur eine einzige Wahrheit gäbe,
könnte man nicht hundert Bilder
über dasselbe Thema malen.“***

Pablo Picasso

Innehalten.

Die Familienphase endet, die Karriereleiter ist erklommen, und der Wunsch, lang gehegte Träume zu verwirklichen, lässt uns nicht los.

Die Lebensmitte ist oft geprägt von der Sehnsucht nach Wandel.

Es stellt sich die Frage nach dem Sinn unseres Tuns. Wie wollen wir unsere zweite Lebenshälfte gestalten?

Halten Sie inne, und schöpfen Sie Kraft, um sich in Ruhe Ihren dringlichen Fragen zu widmen.

Perspektiven entwickeln.

Einzelcoaching ermöglicht Ihnen, gelassen Ihre aktuelle Lebenssituation zu reflektieren.

***Was hat sich verändert?
Was fehlt in meinem Leben?
Wann bin ich glücklich?***

In ferner Umgebung fällt Neuorientierung leichter, und Sie konzentrieren sich hier ganz auf sich selbst. Dabei unterstützen Sie Entspannungsübungen im Umgang mit den Veränderungen in Ihrem Leben. Midlife Coaching im kleinen Fischerort Ferragudo in der Algarve bietet Ihnen all das.

Sie entdecken wertvolle Ressourcen wieder und finden so Ihren eigenen neuen Weg.

Veränderung wagen.

Sie bringen Ihr Leben in Balance. Mit frischer Kraft und Leichtigkeit kehren Sie in Ihren Alltag zurück.

***Sie haben neue Ziele.
Sie nehmen sich selbst wichtig.
Sie gestalten Ihren Lebensweg.***

Ihr positiver Blick auf sich selbst wird Sie weiterhin bei der Umsetzung Ihrer Wünsche tragen.

Gestalten Sie das Neue auf allem, was Sie bereits erreicht haben.