



Liebe Leserin,
lieber Leser,



„Wie bei Hempels hinterm Sofa“

denken viele, wenn sie ihre Schreibtische, Büros oder Kleiderschränke einmal aus der Entfernung betrachten.

Vollgestopft, unaufgeräumt oder einfach nur ein Zuviel von allem, kann manchmal ganz schön lästig sein. Dieser Zustand wirkt vielfach belastend, raubt oft wertvolle Zeit die man mit Suchen verbringt und die man sinnvoller nutzen könnte.

Ein wenig Motivation in Sachen Ordnung und Selbstmanagement könnte hier helfen.

Zum Wegwerfen viel zu schade, denken Sie?

Verschenken Sie doch einfach ihr Zuviel von allem und helfen Sie anderen Menschen damit. Ich gestehe, dass es auch mir schwerfällt Dinge einfach wegzuworfen. Deshalb spende ich noch Brauchbares an Sozialkaufhäuser. In jeder Stadt findet man diese nützlichen Einrichtungen.

Warum fällt es so schwer loszulassen?

Was bindet mich?

Wie kann ich mich befreien?

Wenn auch Sie sich diese Fragen gerne beantworten würden, lade ich Sie ein, sich mit dem Thema Besitz und Ballast etwas näher zu beschäftigen.

***Liebe Grüße
Brigitte Kräußling***

PS: Die Familie Hempel war Aussteller im Zirkus Hagenbeck und löste das Verpackungsproblem, indem sie alle Kartonagen hinter dem Sofa verstaute. Daher der Ausspruch: „Hier sieht’s aus wie bei Hempels hinterm Sofa.“

Frauenstammtisch Lady talk

07. April 2010 18:30 Uhr

Lust auf Farbe



Lust auf Farbe

Der Frühling naht mit Riesenschritten und der nächste Stammtisch bietet Ihnen die Möglichkeit mehr Farbe in ihr Leben zu bringen. Die Macht der Farben wird oft unterschätzt. Sie beeinflusst unsere Befindlichkeiten, unterstützt bei der Imagebildung und hat auch sonst Signalwirkung.

Angelika Schnellhammer ist Expertin für Farben und deren psychologischem Hintergrund. Was Farben und Formen über Menschen aussagen, wie man Farben richtig einsetzt und wie man Stimmungen durch die richtige Farbwahl beeinflussen kann ist Thema des nächsten Frauenstammtisch „Lady talk.“

Anmeldung erbeten: Tel. 06881 8994747 oder info@coaching-saarland.de Gebühr: 2,00 €

Zeit- und Selbstmanagement Workshop für Mutige



„Klar Schiff im Kopf“ und in den Schränken

Wer Ordnung hat kann klarer denken, erkennen viele meiner Computerneulinge auch bei den ersten Schritten am PC. Deshalb ist die erste Aufgabe die ich stelle, darüber nachzudenken wie man Dinge sinnvoll ablegt, damit man sie auch irgendwann wiederfindet. Am besten gelingt dies schriftlich in Form einer Liste, als MindMap oder als Organigramm.

Sicher kennen auch Sie das befreiende Gefühl Ordnung geschafft zu haben. Ordnung und Struktur sind Haltegriffe im Leben.

Genauso wie wir unsere Schränke, PC's oder Schubladen aufräumen ist es sinnvoll Ordnung in seinem Inneren zu schaffen. Veraltete Strukturen zu überdenken, aufzubrechen Ballast abzuwerfen und Verhalten und Zustände zu verändern.

Wer sich einfach einmal einen Tag für sich Zeit nehmen möchte, hat die Gelegenheit „Klar Schiff im Kopf“ zu machen um das Leben wieder in all seiner Vielfalt wahrnehmen zu können und zu genießen. Neues zu entdecken und Altes über Bord zu werfen. Sie erhalten Tipps und Tricks rund um das Thema Aufräumen im inneren und äußeren. Welche Jahreszeit bietet sich hier besser an als der Frühling.

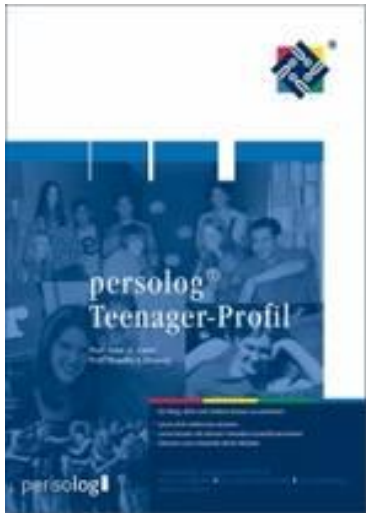
Frühjahrsputz und Klar Schiff im Kopf

Termin: **10. April 2010 von 9:30 Uhr bis 16:00 Uhr**

Gebühr: incl. Skript und Frühlingsmenü 85,00 €

Ferienspecial für Schüler

Ferienspecial für Azubis und Schüler in der Bewerbungsphase



Wer bin ich?

Schüler die sich mit der Ausbildungsplatzsuche beschäftigen tun sich oft selbst leid. „Ich kann das Wort Bewerbung nicht mehr hören“, jammern entnervte Jugendliche, wenn ich in Schulen über Bewerbung und die Ausbildung referiere. Oft ist das Thema noch weit weg obwohl sich die Schüler mitten im Bewerbungsprozess befinden.

Wenn es dann aber darum geht sich selbst besser kennen zu lernen, sind viele ganz Ohr und erstaunt darüber, was es alles über sich selbst zu entdecken gibt.

Ich bin zertifizierte Persolog-Trainerin für das Teenagerprofil. Dies ist eine Methode, die vielen noch unter dem Namen DIGS-Test ein Begriff sein wird.

Das Teenagerprofil ist auf Jugendliche zugeschnitten und erlaubt es den Schülern eigene Verhaltensweisen zu erkennen, sich besser einzuschätzen und zu verstehen und auch ihre Mitmenschen besser einzuordnen. Gerade in der ersten Zeit der Ausbildung eine wichtige Fähigkeit.

Wem die Ferien zu lange werden und wer etwas für sich und seine berufliche Zukunft tun möchte ist herzlich eingeladen zu einer Entdeckungstour ins eigene Ich.

Termin1: 07.April 2010

Zeit: 10:00 Uhr bis 13:00 Uhr

Oder:

Termin 2: 08. April 2010

Zeit: 13:00 bis 16:00 Uhr

Gebühr: 40,00 € incl. 60 seitigem Skript und Profil

Anmeldung unter Tel. 06881 8994747

Zitat des Monats

„Die Außenseite des Menschen ist das Titelblatt des Inneren.“
aus Persien

Wenn Sie diesen Newsletter nicht mehr erhalten möchten senden Sie mir eine kurze [Mail](#).

Menschen & Potentiale
Entdeck was in dir steckt!