



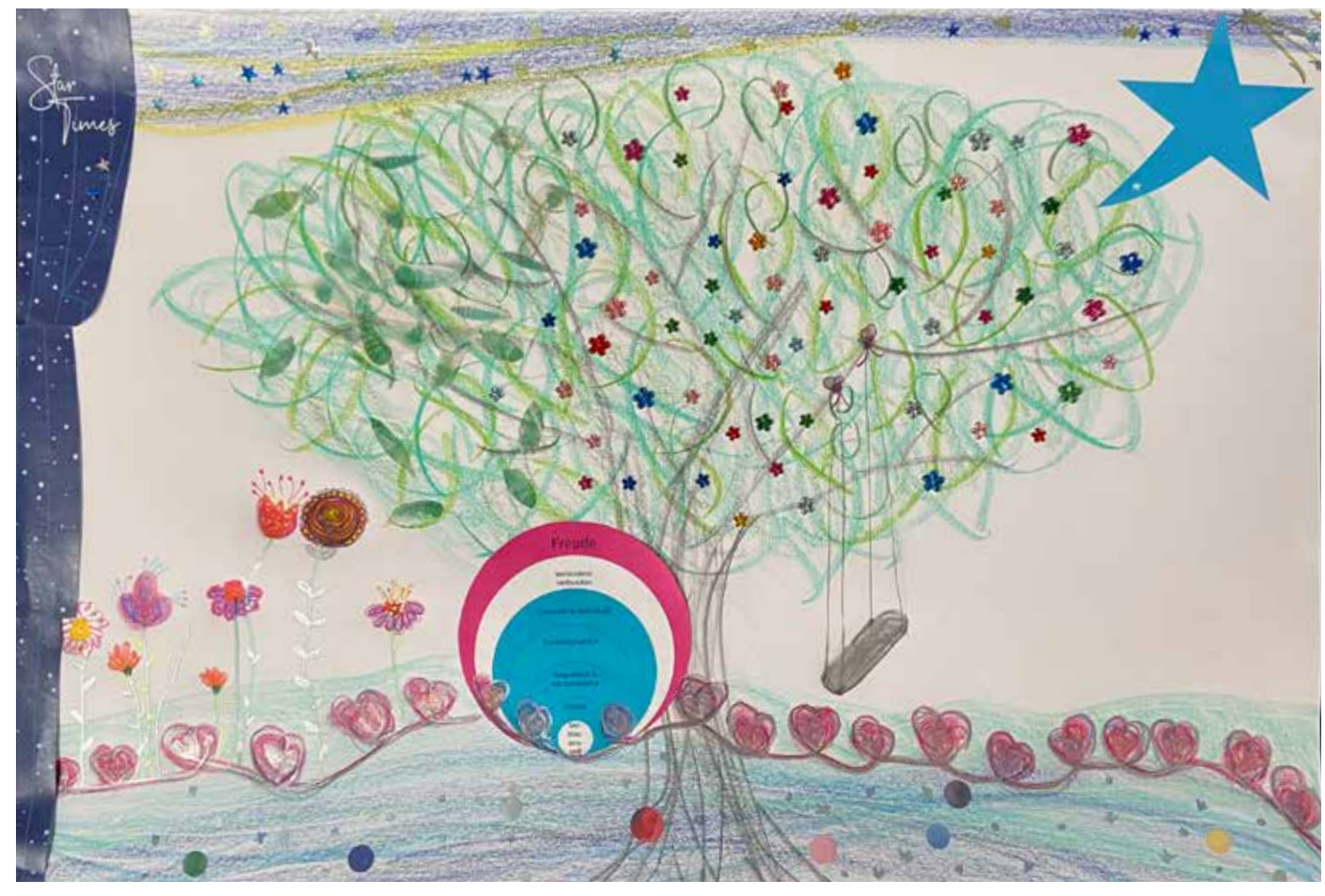
Aus Kopf & Herz in deine Hände

Schenke dir Raum für deine Wünsche und Ziele

Sei es dir wert, dein Leben – egal ob privat und oder beruflich – so auszurichten, zu gestalten & wieder in deine Hände zu nehmen wie du es möchtest.

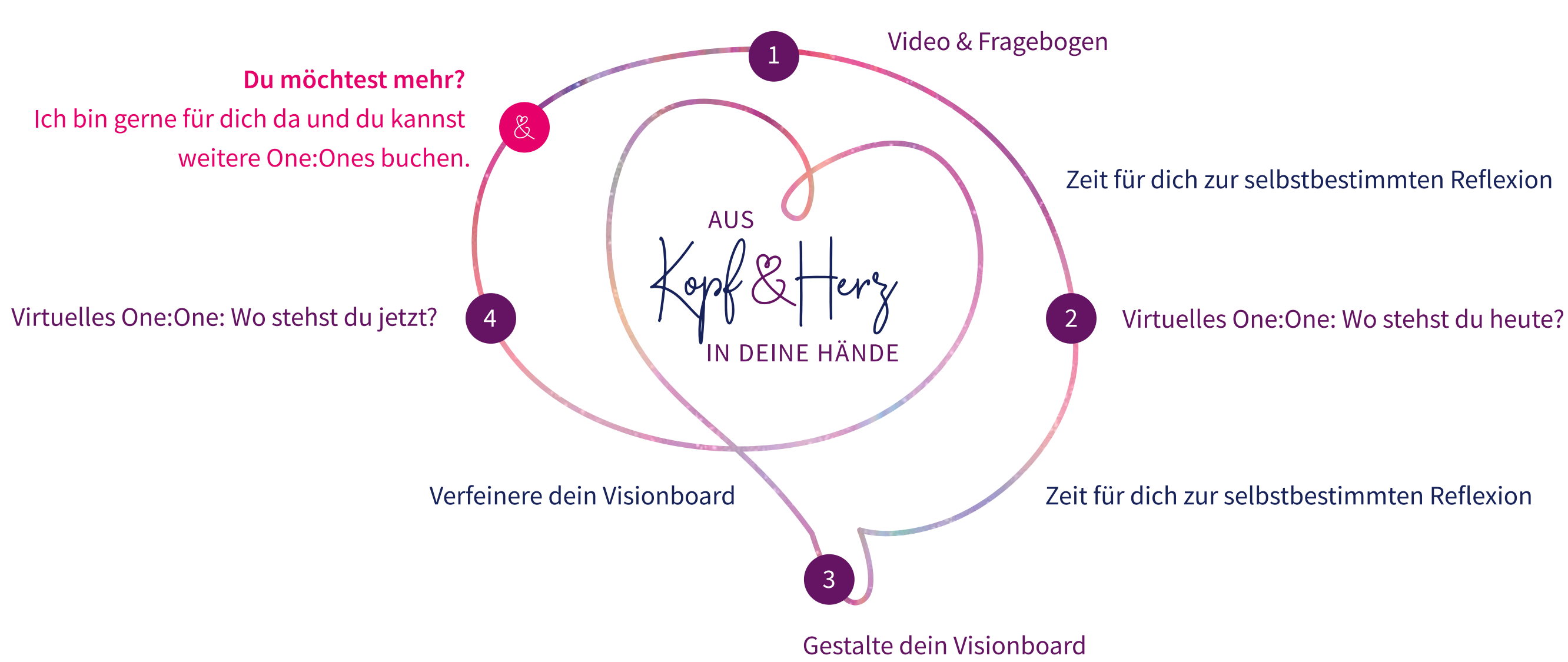
Sammle dich, richte dich neu aus, fokussiere und finde Antworten & Lösungen, die sich für dich gut anfühlen und zu dir passen. So kommst du deiner Selbstbestimmtheit näher. Das macht dich fröhlicher & zufriedener.

Geht nicht? Doch, denn wir zaubern nicht, sondern entfesseln mit dir nur das, was schon längst in dir steckt!



[Details anfragen](#)

Gestalte dein Leben



Zeitstrahl

Unsere Einladung an dich & deine Entscheidung	Video & Fragebogen	Virtuelles One:One Vorbereitung	Reflexion & Einstimmungsphase	Gestalte dein Visionboard	Reflexionsphase	Virtuelles One:One Nachbesprechung
bis zum 25. März 2023	März 2023	20.–23. März 2023	27.–31. März 2023	1. April 2023 14.00–18.00 Uhr	2. April 2023 bis zum One:One	10.–28. April 2023
Buchung Aus Kopf & Herz in deine Hände	Vorbereitung	Wähle deinen Wunschtermin	Selbstbestimmt für und durch dich	im SALON-F in München	Selbstbestimmt für und durch dich	Wähle deinen Wunschtermin

[Ich bin dabei und melde mich an!](#)

1 + 2 VIRTUELLES ONE:ONE

Check-in

Was bewegt dich?

Wo stehst du aktuell beruflich, privat – in deinem Leben? Welchen Herausforderungen stehst du gegenüber und wie sehen deine Wünsche & Ziele aus?

Wir besprechen deine offenen Punkte, gerne anhand des vorab ausgefüllten Fragebogens oder frei und ungestützt. Du darfst entscheiden.

Ich möchte dich einladen, die Zeit nach dem One:One zu nutzen, um dich auf den Gestaltungsprozess einzustimmen. Was wünschst du dir und was möchtest du verändern? Es ist ein Anfang zu wissen, was du nicht möchtest um anschließend herauszufinden, was dich begeistert und wie du dein Leben gestalten möchtest. Hole dir deine Power, Selbstbestimmtheit und Gestaltungsräume zurück.

Deine Wünsche und Ziele sind wichtig – du bist wichtig!

3 GESTALTE DEIN VISIONBOARD

"Bilder sagen mehr als tausend Worte."

Nutze die Kraft der Bilder für dich, achte auf Bilder, die dich berühren und wundervolle Emotionen in dir wecken.

So gestaltest du dein Visionboard

- ★ für dein Leben, deine Ziele & deine Projekte
- ★ für alles, was dich bewegt, um neue Perspektiven & Möglichkeiten zu finden und neue Wege einzuschlagen
- ★ in angenehmer Atmosphäre
- ★ in einer kleinen Gruppe, in der ich dich gerne unterstütze und dir Impulse mitgebe

Ganz konkret für dich

- ★ Raum & Zeit
- ★ Anregungen & Materialien zur Gestaltung
- ★ 4 Stunden Workshop inklusive Pause, kleinem Snack, Tee und Kaltgetränk
- ★ Im SALON-F in München, zentral zwischen Karlsplatz und Sendlinger Tor

Was bringst du mit?

- ★ dich, einfach nur dich
- ★ deine Wünsche und Ziele mit dem ausgefüllten Fragebogen
- ★ Bilder, Fotos, Notizen, ... einfach alles, was du zwischenzeitlich für dich entdeckt hast, was dich emotional anspricht und einen Platz auf deinem Visionboard finden darf

4 VIRTUELLES ONE:ONE

Cross-Check

Wie geht es dir?

Wo stehst du gerade?

Hast du schon Schritte & Fortschritte gemacht zu dem, was du dir vorgenommen hast?
Gibt es Themen, bei denen du nicht weiterkommst und über die du gerne sprechen möchtest?
Wie bleibst du an deinen Wünschen und Zielen dran? Welche Routine könnte dir guttun, um weiterzugehen?

Du bist wichtig, einzigartig und wundervoll!

& DU MÖCHTEST MEHR?

Du wünschst dir eine Vertiefung und weitere One:Ones

Du möchtest weitergehen, dranbleiben und wünschst dir Unterstützung? Ich bin gerne für dich da.

[Angebot anfragen](#)



AUS
Kopf & Herz
IN DEINE HÄNDE

**Du hast Interesse und möchtest dabei sein?
Gerne sende ich dir ein Angebot zu.**

Bitte fülle dazu das Formular aus, damit direkt alle relevanten Daten zur Erstellung verfügbar sind. **Aus Kopf & Herz in deine Hände** geht ab 4 Teilnehmer:innen je Termin an den Start.

- ☐ 1. April 2023
☐ 5. August 2023
☐ One:Ones only
☐ One:Ones zur Vertiefung

Anrede*

Titel

Vorname*

Nachname*

Mobilnummer*

E-Mail*

Unternehmen

Straße & Nr.*

PLZ*

Ort*

- ☐ Mit der Speicherung meiner Kontaktdaten zur Weiterverwendung bin ich einverstanden.*
☐ Ich möchte Informationen zu **Aus Kopf & Herz in deine Hände** erhalten.
☐ Ich möchte die Star News erhalten.

Erforderliche Felder sind mit * markiert.

[Anmeldung abschicken](#)

