



Präsenz oder online Angebot - Workshop und Coaching

mit Selbstmanagement zu mehr Energie und Objektivität

Nutzen von Selbstmanagement (Beruflich & Privat)

Termine	Nr.	Kurs - Selbstmanagement	Zeiten	Inhalte
Di. 01.02.2022 oder andere Termine auf Anfrage	SM4 SM5	Basics Selbstmanagement - Zentrales im Selbstmanagement - Erfahrungsaustausch " "	18:00 - 20.00 Uhr 	- Drei Grundbereiche kennen - Wichtigkeit & Nutzen für Alltag - Erfahrungsaustausch " "
Individuelle Termine	SM6	Vertiefung, persönliches Thema Einzeltermin - individueller Coachingtermin	Zeit nach Vereinbarung	- individuelle Vertiefung je nach Thema

Zielgruppen

- Alle Interessierte

Ihr Mehrwert

- Praxisnahe und fachliche Inputs. Kompakt und effizient.

Gruppengrösse

- ➔ maximal 6 Personen vor Ort (Präsenz) oder mit 14 Personen digitale Form

Durchführung

- ➔ in den Räumlichkeiten von COACHBAR, als Alternative auch möglich mit digitalem Tool Zoom (wird bei Anmeldung erfragt)

Ziele

- Potenzialentwicklung
- Ideen für die eigene individuelle Nutzung erkennen
- Reflexion und Transfer

Die Preise

- Workshop à 2h, Fr. 80.- (eine Kurseinheit)
- Bei Interesse, ergänzender Coaching - Aufbautermin, nach Vereinbarung, Fr. 150.-/h

Die Anmeldung

- Über die Website COACHBAR oder per Mail (bitte zwingend Kursname und Nr. angeben)

Kursleitung

- Christine Schaub Geschäftsleiterin COACHBAR, Ausbilderin eig. FA, Coach, CAS in Organisationsberatung und Führungscoaching

planbar – umsetzbar – machbar mit **COACHBAR**