

Manchmal ist es an der Zeit, sich Zeit zu nehmen.

(Katharina von Balbiner)

Was, wenn nicht jetzt? Wann, wenn nicht die Sommerzeit für persönliches Wachstum nutzen? Unser Leben besteht oftmals aus vollen Terminkalendern. Wir funktionieren und hasten von einem Termin zum nächsten. Unsere Tage sind gefüllt, doch fühlen wir uns in unserem Tun (sinn-)erfüllt?

Oder finden wir uns eher im erschöpften Hometrainer wieder? Sind es die richtigen Dinge, die wir tun? Je klarer unser Fokus ist, je mehr wir bewusste Pausen einlegen und Selbstreflexion für unsere Weiterentwicklung nutzen, desto klarer ist unser Handeln.

DO, 29.06.2023 - Impulsvortrag 1: Fokus & Innere Klarheit

Eine klare innere Ausrichtung ist wesentlich für nachhaltigen Erfolg und für ein gelingendes Leben. Wo liegt dein Fokus? Tust du die richtigen Dinge? Bist du innerlich klar? Was ist für dich wirklich, wirklich wichtig? Liegt dein Fokus bereits auf der Lösungs- und Wachstumsorientierung? Lenkst du deinen Fokus auf das Positive? Je klarer dein Fokus, desto klarer wird dein Handeln.

DO, 27.07.2023 - Impulsvortrag 2: Pausen & Gelassenheit

Pausen geben uns die Möglichkeit, unseren Fokus neu zu definieren. Sie befähigen uns, inmitten der Hektik, innere Ruhe zu bewahren und uns neu auszurichten. Wie kannst du bewusste Pausen im beruflichen Alltag integrieren? Wie kannst du die Urlaubszeit für dein weiteres persönliches Wachstum nutzen? So richtig kreativ und innovativ werden wir in der Entspannung. Denn nur in der Pause entsteht Entwicklung & Wachstum.

DO, 24.08.2023 - Impulsvortrag 3: Selbstreflexion – Der Blick nach Innen

Durch bewusstes Innehalten und das Reflektieren des eigenen Denkens, Fühlens und Handelns kommt man seinem wahren Selbst ein Stück näher. Selbstreflexion ist ein wesentlicher Bestandteil für weiteres persönliches und berufliches Wachstum. Tut es dir gut, wie du morgens in den Tag startest? Kennst du den Wert von Ritualen und Tagesroutinen? Nimmst du dir regelmäßig Zeit, um zu reflektieren, wo du stehst und wohin du dich entwickeln möchtest? Welche konkreten Fragen stellst du dir, um weiter zu wachsen?

Referentin: Mag. (FH) Anja Augustin
Beginn Vortrag: 19:30 Uhr
Ort: Fit am Hof, Matzing 14,
4761 Enzenkirchen

Im Anschluss besteht die Möglichkeit auf wertvolle,
inspirierende Begegnungen und auf Austausch
mit spannenden Menschen.

Sichere dir jetzt dein Ticket!

Ticketpreis: jeweils Euro 29,- inkl. MwSt., inkl. Sommerdrink
Vorträge auch einzeln buchbar!

Anmeldung unter:

T 0664 / 885 832 76 **M** anja@augustin-coaching.at