

Sommeren er over os!

I dette sommernyhedsbrev glæder vi os over at kunne fortælle, hvordan du ruster dig bedst muligt til at holde dit stressniveau nede, når hverdagen atter melder sin ankomst efter sommerferien!

Du bliver opdateret på, hvordan vi i Coachingzonen fortsat styrker vores kompetencer for kunne tilbyde dig den bedst mulige løsning indenfor coaching og udvikling.

Endelig giver vi dig nu mulighed for at fordybe dig i vores spændende udviklingsprojekt om trivsel på danske arbejdspladser.

God læselyst og god sommer!

Rust dig til...

.....at tage hånd om dine egne eller andres stress symptomer og opretholde et højt trivselsniveau i dit privatliv og på din arbejdsplads.

Du kan nå det endnu!

Meld dig til kurset "Fra Stress til Trivsel", der finder sted over tre dage i november og december 2008.

Kurset er blevet til på baggrund af analyser i 30 danske virksomheder.

OBS!

Der er FÅ PLADSER tilbage, så ring straks 61 86 86 11.

Dit udbytte af kurset vil være:

Indsigt i hvad stress er.
Viden om hvordan du "spotter" stress.
Håndgribelige værktøjer til at forebygge og håndtere stress.
Fokus på krop og sundhed.
Konkret handlingsplan og trivselspolitik

Har du brug for flere informationer, kan downloade en fuld beskrivelse af kurset på www.coachingzonen.com

Spændende udviklingsprojekt

Coachingzonen har i samarbejde med Kestner & Co. samt Abell Coaching & Udvikling skrevet projektet fra "Stress til Trivsel".

Download projektet på www.coachingzonen.com. Klik ind på siden "Kurser".



Maiken, Stine & Henriette

Certificeret udviklingskonsulent...

I juni måned blev Henriette certificeret udviklingskonsulent. Coachingzonen er dermed blevet endnu bedre til at løse større eller mindre udviklingsopgaver.

Lad Coachingzonen byde ind med et oplæg på din arbejdsplads' næste workshop eller teambuilding aktivitet.

Vi holder naturligvis også inspirerende foredrag eller gå-hjem-møder over temaer som kommunikation, samarbejde, trivsel eller stressforebyggelse.

Er du interesseret? Så se mere på vores hjemmeside www.coachingzonen.com eller kontakt os på telefon eller mail.

Nye værdier...?

Kender du det, at dit liv med ét er forandret.

Måske har du fået barn... Måske har du mødt dit livs ledsager eller fået en ny chef?

Bruger du ferietiden til at reflektere over dit liv og dine værdier? Mærker du, at det er tid til luftforandring..... Ser du dig selv og verden gennem et nyt sæt briller; i et nyt perspektiv...

Et bud på et tema for din næste coaching session kan være:

Afklaring af dine personlige værdier

Afklaring af dine jobværdier

Afklaring og accept af din rolle og identitet

7 gode vaner.....

Sommeren står i sportens tegn. Men er du ikke til Tour de France og OL på TV, så læn dig i stedet tilbage med en god bog fra Coachingzonens boghandel.

Her finder du massevis af underholdning til de lange sommerdage og -aftener. Udvalget dækker over alle genrer lige fra drama og krimi til selvudvikling...

Pak for eksempel Stephen Coveys roste "7 gode vaner" i kufferten. Med sine praktiske og let forståelige redskaber til at forbedre personligt lederskab og livskraft, har bogen gået sin sejrsgang verden over. Lige nu kan du købe den for kun kr. 235,-.

Brug for "luft" eller sparring...

Husk at vi altid kun er et opkald eller en mail væk.

Kontakt os på telefon 61 86 86 11,

e-mail: hh@coachingzonen.com eller via www.coachingzonen.com

Vi ønsker dig og dine kære en fortsat skøn sommer!

Coachingzonen v/ Henriette Høeg

Ønsker du at afmelde dette nyhedsbrev så klik [her](#)