

|                             |   |
|-----------------------------|---|
| <b>Thema:</b>               | <b>Referat: Selbst-Coaching</b>   |
| <b>Wann?</b>                | <b>Mittwoch, 18. September 2024 <u>Start 19.00h</u></b>   |
| <b>Wo?</b>                  | <b>Sitzungszimmer Ruferheim, Nidau</b>  |
| <b>Bemerkung</b>            | Durch den Abend führt uns Referent:<br><br><b>Martin Graf</b><br>SDT Coaching & Psychologische Beratung<br>beurself, Nidau  |
| <b>Programm:</b>            | <b>Selbst-Coaching</b> bezieht sich auf den Prozess, bei dem Einzelpersonen bewusst Techniken und Methoden anwenden, um ihre eigenen Fähigkeiten, Gedanken und Emotionen zu reflektieren, zu analysieren und zu verbessern. |
| <b>Kosten:</b>              | <b>Mitglieder &amp; Nichtmitglieder: Vortrag Gratis</b><br><b>Anschließende Bar kostenpflichtig</b>   |
| <b>Teilnehmerzahl:</b>      | Maximum 30 Personen   |
| <b>Auskünfte/Anmeldung:</b> | <b>Bis Montag 01.09.2024</b><br>Anmeldung per mail: <a href="mailto:anlass@kadernetz.ch">anlass@kadernetz.ch</a> oder direkt auf der Homepage: <a href="http://www.kadernetz.ch">www.kadernetz.ch</a> (→ Events)            |

**Bei Verhinderung am Durchführungstag bitte um telefonische Information an Bettina Ramseyer, Tel Nr. 079 475 04 08.**

**Hinweis:**

Bei dieser Veranstaltung können Bilder, Videos und Tonaufzeichnungen aufgenommen werden. Mit der Teilnahme an der jeweiligen Veranstaltung stimmen die Teilnehmenden der Verwendung auf der Webseite oder Facebook von kadernetz automatisch zu.