

Fra drøm til virkelighed

WORKSHOP

TAG DIT FØRSTE SKRIDT - OG DIT NÆSTE

Det får du

1. Klarhed

Med den enkle metode **Listeteknik** finder du svar på hvad du – virkelig – gerne vil.

2. Et opnåeligt mål

Gennem samtale, opmærksomhed og formulering af **Positive Selvbekræftelser** finder du et mål, som du har lyst til at nå.

3. Mini-handleplan

Opmærksomhed, samtale og skriveøvelser munder ud i en plan, som er nem at gå igang med.

4. Idéer til at klare forhindringer

Redskaberne **Katarsisskrivning** og **Visualisering** kan du bruge til 'at komme videre', hvis du møder bump på din vej.

5. Fokus på succes

Bliv inspireret til at skrive **Positiv Dagbog**.



Birgit Månestråle tilbyder Workshops, Kurser, OplevelsesTemamøder samt Coaching.

Mere info

Skriv til info@birgitmaanestraale.dk eller ring til 29 31 79 01.

JEG VISER HVORDAN
- DU KAN

BIRGIT MÅNESTRÅLE

www.birgitmaanestraale.dk • info@birgitmaanestraale.dk • Tlf. 29 31 79 01

BIRGIT MÅNESTRÅLE

www.birgitmaanestraale.dk
info@birgitmaanestraale.dk
Tlf. 29 31 79 01

BIRGIT MÅNESTRÅLE

www.birgitmaanestraale.dk
info@birgitmaanestraale.dk
Tlf. 29 31 79 01

BIRGIT MÅNESTRÅLE

www.birgitmaanestraale.dk
info@birgitmaanestraale.dk
Tlf. 29 31 79 01

BIRGIT MÅNESTRÅLE

www.birgitmaanestraale.dk
info@birgitmaanestraale.dk
Tlf. 29 31 79 01

BIRGIT MÅNESTRÅLE

www.birgitmaanestraale.dk
info@birgitmaanestraale.dk
Tlf. 29 31 79 01

BIRGIT MÅNESTRÅLE

www.birgitmaanestraale.dk
info@birgitmaanestraale.dk
Tlf. 29 31 79 01

BIRGIT MÅNESTRÅLE

www.birgitmaanestraale.dk
info@birgitmaanestraale.dk
Tlf. 29 31 79 01