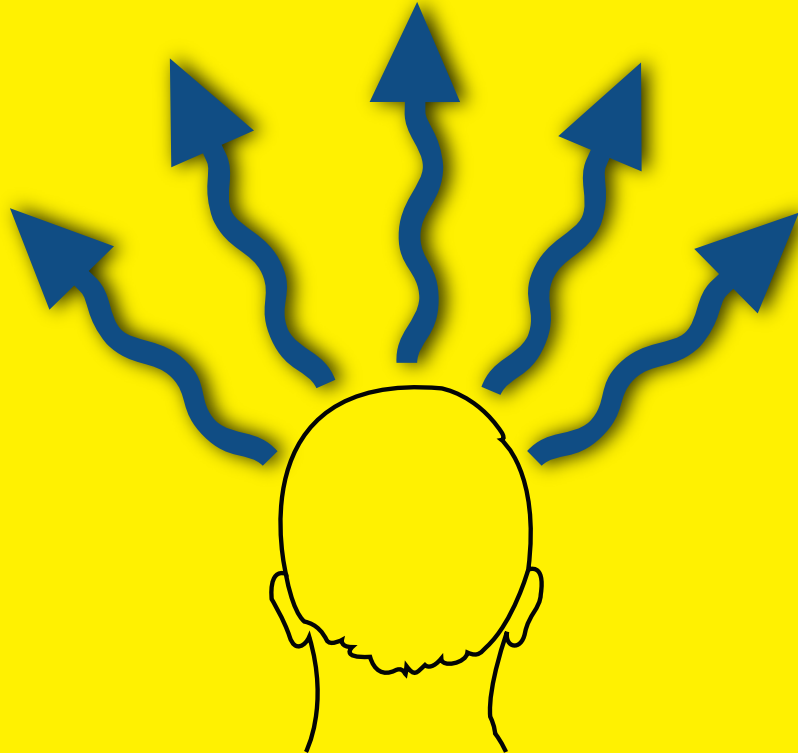


Bewusstseins-Erweiterung, mentale Stärkung



VERTRAUEN SIE SICH
STÄRKEN SIE IHREN SELBSTWERT
GEWINNEN SIE AN LEBENSFREUDE !

mit POWER COACHING: Eine Technik, die hält, was sie verspricht!

VITANETIC
INDIVIDUAL
POWERCOACHING ©

Krisenbewältigung, Energieschub



Fehlt es Ihnen an Energie, sind Sie antriebslos, müde, fühlen Sie sich gestresst, haben Sie körperliche Beschwerden, Angst, Konflikte im Beruf oder privat....?
Sind Sie ausgebrannt, d.h. in einem Zustand körperlicher, geistiger und seelischer Erschöpfung aufgrund stetiger Über- oder Unterforderung, ein Zustand, der durch länger andauernden Stress und Energieeinsatz entstanden ist (Burn-out/ Bore-out)?

POWER COACHING: Eine Technik, die hält, was sie verspricht!

Kontaktieren Sie mich!

VITANETIC
INDIVIDUAL
POWERCOACHING ©

Coaching - Beratung - Mentaltraining -
Stressprävention

Ursula Schneider Rahm, dipl. Burnout-Coach
Praxis: Birkenweg 8, 3250 Lyss
Postadresse: Hohlenweg 45, 2564 Bellmund
Telefon 079 446 80 81
www.vitanetic.ch
vitanetic@bluewin.ch

Die einzigartige VITANETIC Power Coaching – Methode

ist die erste leicht erlernbare und verständliche Form, Ihre gewünschten Ziele mit meiner Unterstützung zu erreichen.

Power Coaching: Als Begleiterin (dipl. Coach) unterstütze und motiviere ich Sie bei der Energie-Einteilung (Power) und Umsetzung Ihrer beruflichen und/oder privaten Pläne, indem ich mit Ihnen ein individuelles Programm aus allen Bereichen, die für einen Erfolg wichtig sind, komponiere. Zusätzlich begleite ich Sie einzeln oder in Gruppen (privat und auch firmenintern) als Coach für Stressmanagement und Burnoutprävention.

Beratung: Sie suchen nach neuen Wegen, möchten etwas verändern, verbessern? Sie wissen aber nicht was, wie und wo? Zusammen mit Ihnen erarbeiten wir die Möglichkeiten, die sich aus Gesprächen und/oder schriftlichen Darstellungen ergeben.
Einfache Kommunikationstechniken können für Sie und Ihr Umfeld von Vorteil sein.
Als Mitglied eines eingespielten Teams kann ich Ihnen auch geeignete Spezialisten empfehlen.

Mentaltraining: Ein ganzheitliches Konzept der positiven Lebensgestaltung durch eine bessere Gefühlslage, Gleichgewicht und Entspannungstechniken und die Erweiterung der individuellen Leistungsfähigkeiten in allen Lebenslagen.

Stressprävention: Vorbeugen ist immer besser als Heilen. Um nicht oder nicht noch einmal in die Stressfallen zu tappen, ist es wichtig, den Stress und die damit verbundenen Symptome zu erkennen und zu verstehen. Stresssituationen sind mehr oder weniger normal. Wenn man weiss, wie damit umzugehen, kann einer Depression, einem Burnout und Begleiterscheinungen wie körperlichen Beschwerden vorgebeugt werden.

Die optimale Kombination von allen funktionellen Fähigkeiten eines Menschen ist Ihre Lösung.

Über mich:



Dipl. Coachin / psych. Beraterin

Fachspezifische Ausbildungen mit Diplomabschluss und konstante Weiterbildungen in praktischer Psychologie, Anatomie und Physiologie (inkl. neue wissenschaftliche Erkenntnisse), Bewegungstherapie, Sport, Atem- und Haltungstherapie.

Jahrelange Praxis-Erfahrung

Sie bekommen die Zeit, die Sie benötigen, da wir nicht krankenkassenabhängig sondern gesundheitsfördernd sind.

Wir unterstützen Sie auch zwischen den Konsultationen.

Wir gehen auf Ihre Wünsche ein und steuern Sie in Ihre Richtung!