

Silvia Brunner-Knobel, 1971, Inhaberin und Geschäftsführerin der Brunner BBT GmbH, Beraterin, Trainerin, Coach, Dozentin.

Präsidentin Gemeinnütziger Frauenverein Hochdorf



Erika Steinmann-Kunz, 1965, dipl. Malthérapeutin. Eigenes Malatelier für Einzelbegleitungen und Malen in Gruppen.

Ehemalige Geschäftsstellenleiterin SKFLuzern und ehem. VL Mitglied Frauenbund Hochdorf



Wir freuen uns, euch unser aktuelles Kursprogramm für den Frauenbund vorzustellen. Gemeinsam führen wir das Seminar für Vorstandsfrauen durch, die übrigen Kurse führen wir einzeln durch. Gerne erwarten wir deine Kontaktaufnahme.

Für den Vorstand:

Seminar «mach ändlech»: Klarheit durch ermutigende Denkweise

Die Vorstandsfrauen erkennen das grosse Potenzial des eigenen Denkens und Handelns und werden sich ihrer Wirkung und ihrer inneren Kraft bewusst. Sie werden ermutigt, offene Fragen und Themen anzugehen. Beim Malen wird der Prozess erleb- und sichtbar.

1 Tag (7 Stunden)

Zwei Kursleiterinnen, Pauschal Fr. 2'800.—

ca 16 TN, zwei Räume

Kommunikation

Kommunikation: Von der Klärung der eigenen Haltung hin zu mehr Führungskompetenz

1,5 Stunden

Pauschal Fr. 500.-

Mut tut gut— für Vorstandsfrauen

Auch Vorstandsfrauen tut es gut, ermutigt zu werden. Wie funktioniert die Sprache der Ermutigung und was bewirkt sie genau?

1.5 Std

Pauschal Fr. 500.—

Kreatives Erlebnis

Sich malend begegnen, gemeinsam an einem grossen oder mehreren kleineren Bildern arbeiten (nach Absprache). Im spannenden Gruppenprozess können neue Erkenntnisse gewonnen werden.

Ca 1,5 bis 3 Stunden

Fr. 150.- /Std. zuzüglich Materialkosten Fr. 2.50 bis 7.— pro Person

5 - 40 Teilnehmerinnen

Für euer Kursprogramm:

„think positive“ und das besondere 6-Minuten-Tagebuch

Ein zweiteiliger Kurs gespickt mit neusten Erkenntnissen aus der Hirnforschung. Ein Einladung, die Haltung zu überdenken und verändern!

2x2 Stunden im Abstand von 8 Wochen

Pauschal Fr. 500.-

Unbeschränkte Teilnehmerinnenzahl

Wie sag ich es?

Ermutigende Kommunikation, gerade dann, wenn es schwierig wird! Eine stilvolle, ermutigende Kommunikation mit viel Einfühlungsvermögen und Klarheit hilft.

2,5 Stunden

Pauschal Fr. 500.-

Unbeschränkte Teilnehmerinnenzahl

Gestalte deine Wunschbox, gib deinen Träumen Raum

Welche Wünsche und Lebensziele warten schlummernd in dir und möchten geweckt werden? Mehr Klarheit erhältst du durch geführte Fantasiereisen, Gespräche und Einzelarbeit.

Der wichtigste Mensch in meinem Leben...

...schaut mir aus dem Spiegel entgegen...Mit einem Blick in den Spiegel mit dem im Workshop gestalteten Rahmen stärkst du dich jeden Tag mit guten Gedanken und gewinnst mehr Selbstvertrauen.

Beide Workshop's: 2,5 Stunden, 5 bis 10 Teilnehmerinnen

Kosten pro Person: Fr. 50.— bei 5-6 TN, Fr. 45.— bei 7-8 TN, Fr. 40.- bei 9-10 TN. Zuzüglich Materialkosten Fr. 15.-