



Anmeldung:

Mit der beiliegenden Anmeldekarte, in der Sie auch den genauen Ort, die Kursdaten und Preise finden oder per Mail: beratung@rita-schmid.ch

*Ich freue mich, Sie kennen zu lernen und Sie ein Stück
Ihres Weges begleiten zu dürfen.*

Rita Schmid

- dipl. psycholg.Beraterin SGIPA / systemische Familienberaterin
- dipl. Biografie-Schreibpädagogin FSB
- dipl. Supervisorin / Coach / Organisationsberaterin BSO
- dipl. Mediatorin SVFM-SDM
- Erwachsenenbildnerin SVEB I

Angebote

- Coachings, Supervisionen, Beratungen von Einzelpersonen und Gruppen
- Kommunikations-, Achtsamkeits- und Führungsseminare
- Schreibseminare
- Mediationen/Kriseninterventionen
- Beratungen ausser Haus: In Schulen, Firmen, Spitäler, Organisationen
- Schulungen und Seminare mit Themen auf Anfrage

mehr über mich auf: www.rita-schmid.ch



*Schreiben Sie Ihre Biografie
mit Weitsicht*

jetzt.



Schreiben Sie Ihre Biografie mit Weitsicht

Wollten Sie schon lange über Ihr Leben schreiben oder vielleicht nur ganz spezielle Jahre, Episoden in Ihrem Leben, überdenken, beschreiben, aufschreiben? Spuren suchen und Spuren hinterlassen?

Dann sind Sie hier richtig.

... wenn nicht jetzt, wann dann?

Jedes Leben ist einzigartig, hinterlässt wertvolle Schätze und vielleicht auch schwierige Momente. Ganz im Sinne von Felix Renner, welcher sagt: **"Ein Baum der Schatten wirft, hat Sonne im Geäst"**, werden wir gemeinsam auf dem Weg sein - möglicherweise auch wandernd. Je nach Bedürfnis der Teilnehmenden.

Dieser Kurs bietet Ihnen Raum und Zeit zum Innehalten. Rückschau halten, Fragen stellen zum Jetzt und zu dem, was war.

In angenehmen Räumlichkeiten mit Weit-Sicht auf die Berge und mit Übungen, die Sie zur Ruhe kommen lassen, spüren wir Fragen nach, die uns beschäftigen. Fragen wie: Wo stehe ich und wohin möchte ich? Sie werden darüber hinaus in einer Atmosphäre der Achtsamkeit schreiben, Heiteres und Besinnliches aufs Blatt bringen und sich mit Menschen, die dasselbe suchen und wollen wie Sie, austauschen. Selbstbestimmt erzählen Sie soviel wie Sie bereit sind, zu erzählen.

Mit verschiedenen Methoden werden Sie angeregt zum kreativen und bewussten Da-Sein im Hier und Jetzt.

...und zum Schreiben!

