

14.00 Uhr

**Kraftvoll sprechen: Mit
authentischer Stimme
überzeugen**

Eine authentische Stimme ist kraftvoll und frei. Sie überzeugt unser Gegenüber durch Präsenz und Klarheit und vermittelt Kompetenz und Professionalität. Ursula Scribano zeigt Ihnen wie Sie Ihre Stimme von Blockaden befreien und so Ihre akustische Visitenkarte zum Klingen bringen können.

Ursula Scribano
Persönlichkeitsentwicklung
www.singkraft.de
Tel. 030/6182077
info@kraftvoll-sprechen.de

14.30 Ur

**Hering oder Schokolade – über
Ambivalenzen und Grenzen**

Ein vergnüglicher und nachdenklich stimmender interaktiver Workshop mit spielerischen Übungen, um neue positive Impulse zum Thema zu erhalten und zu erfahren.

Barbara Kuhn
Praxis für Sein und
Bewegung
www.coaching-kreativ.de
Tel. 01523/3788295
kuhn.barbara@berlin.de

15.00 Uhr

**Quantum - mehr Leichtigkeit
für Ihr Leben!**

Sie wollen sich selbst stärker in Einklang erleben, mehr Wertschätzung und Zufriedenheit in Ihren Alltag bringen, sich lösen von belastenden inneren Mustern und sich freier fühlen? Quantum bietet dazu wunderbare Möglichkeiten. Quantum ist eine effektive Form der Energiearbeit. Die Selbstheilungskräfte werden aktiviert, Blockaden transformiert und das Energielevel erhöht. In diesem Workshop erfahren Sie mehr über die Wirkung der Methode und vor allem erleben Sie die praktische Anwendungsdemonstration.

Inge Stelter
Lebensberatung/Tanz
www.herzlich-beraten.de
Tel. 030/7757644
ingestelter@ausdruckstanz-berlin.de

15.30 Uhr

**„Kunden alle zu mir“ –
Akquise Praxis-Workshop**

Wann wirken Sie für potentielle Kunden interessant? Kann man „Mut, sich zu zeigen“ trainieren? In diesem interaktiven Kurz-Workshop erleben Sie Anziehungskraft, Charisma und Authentizität (das steckt in jedem!). Mit Theatermethoden und Improvisation geht's hier zur Sache die Chance, sich zu präsentieren inklusive. Kerstin Betzemeier ist Grafikerin. Sie bietet Workshops zu Themen wie Kundenakquise, Unternehmerpersönlichkeit und Corporate Design.

Kerstin Betzemeier
Kreativagentur betzemeier
usp design
www.kunden-alle-zu-mir.de
Tel. 030/31802930
info@betzemeier.com

16.00 Uhr

High-Heels-Training

Wie Sie elegant, sexy und sicher auf hohen Schuhen laufen.
Wie Sie die richtige Körperhaltung einnehmen.
Welche Auswirkungen das auf Ihre Weiblichkeit hat.
Worauf Sie achten sollten.
Was Sie für Ihre Füße und Beine tun können, um sie bei Laune zu halten.

Vanessa del Rey
Coaching
www.sensuality-school.com
Tel. 0171/2672765
vanessa@sensuality-school.com

16.30 Uhr

**Das Unerwartete meistern –
Resilienz spielend stärken**

Wenn mal wieder alles ganz anders läuft, als wir es geplant haben und der Druck steigt, geraten wir leicht in einen Zustand, in dem wir den Blick für das Machbare verlieren. Wir fühlen uns machtlos und ausgeliefert. Das schwächt uns und bedroht auf Dauer unsere psychische Gesundheit. Resilienz ist die Fähigkeit, Krisen und Stresssituationen so zu meistern, dass wir gesund bleiben und im Idealfall sogar gestärkt daraus hervorgehen. Diese Fähigkeit kann man trainieren. Ich lade Sie ein, spielend Ihre Gesundheit zu stärken. Mit Übungen aus dem Improvisationstheater erleben Sie Ihre Flexibilität und Kreativität – Kompetenzen, die Ihre Resilienz stärken.

Roswitha Schmaltz
Spielraum Berlin
Team- und Persönlichkeits-
entwicklung durch Kreativität
www.spielraumberlin.de
Tel. 030/92215477
info@spielraumberlin.be

17.00 Uhr

In welcher Rolle blühen Sie auf?

Kennen Sie die Vorlieben und Stärken, die sie haben für die Arbeit im Team, in der Leitungsposition und auch als Selbständige? Wissen Sie, in welcher Rolle Sie besonders gut beitragen können zum Erfolg? Hierzu führe ich im Workshop eine Aufstellung durch. Sie positionieren sich in Bezug auf vier grundlegende Dimensionen und nehmen wahr, wo Ihr Platz ist in einer Vielfalt von Möglichkeiten. Verschiedenartigkeit wird sichtbar, die sich im Idealfall ergänzt. Sie erhalten einen Überblick über „typische“ Rollen im Arbeitskontext vor, die mit den verschiedenen Positionen verbunden sind und können schauen, wie sehr Sie sich darin wieder finden.

Karin Lorenz
Coaching
www.karinlorenz.de
Tel. 030/75512858
info@karinlorenz.de

r

17.30 Uhr

Gesundheit und Lebenskompetenz = der Schlüssel für ein Leben im Gleichgewicht

Gesundheit und Lebenskompetenz sind Voraussetzung für Ihre erfolgreiche Lebensgestaltung sowie –bewältigung und somit für das persönliche Wohlbefinden und Gleichgewicht. Lassen Sie sich in diesem Workshop inspirieren!

Alice Westphal
Coaching
www.alice-gesundheitscoaching.de
Tel. 030/85401222
info@alice-gesundheitscoaching.de

18.00 Uhr

Kreatives Schreiben für Einsteigerinnen

Möchten Sie sich selbst durch das Schreiben besser kennen lernen und Freude am Spiel mit den Worten gewinnen? Möchten Sie wissen, wie man auf neue Ideen für Projekte, Geschichten oder persönliche Ziele kommt? Die Antwort auf all dies bietet Ihnen das Kreative Schreiben mit seiner Fülle an Methoden und Techniken. Der Workshop bietet die Gelegenheit, hier einmal spielerisch praktische Erfahrungen zu machen.

Sigrid Engelbrecht
Coaching/Buchautorin
www.engelbrecht-media.de
Tel. 0170/7353777
info@engelbrecht-media.de

18.30 Uhr

Mit Jin Shin Jyutsu die Lebensenergie stärken

Die Schlüssel zu innerer Harmonie und Wohlbefinden tragen wir alle bei uns: unsere Finger und Zehen. Wir können sie nicht vergessen oder liegen lassen. Es ist nur die Frage, ob wir diese Werkzeuge benutzen – uns damit selbst KENNEN und HELFEN LERNEN. An ganz einfachen Sequenzen, die wir im Workshop auch sofort anwenden, zeige ich Ihnen, wie wirksam sie Ihre Schlüssel einsetzen können, um zu Ihrer eigenen Freude und Gesundheit beizutragen. Nicht das Wissen allein - die tägliche Anwendung erzielt Ergebnisse und entwickelt unsere Geduld.

Ingrid Veit
Gesundheit
www.jinshinjyutsu-heilkunst.de
Tel. 030/7843836
Ingrid.veit@gmx.net