

www.sonara.de

Unternehmensberatung, Kommunikation und
Persönlichkeitsentwicklung

Durdica Strauch
Personal and Business Coach
Mediation

VERANSTALTUNGEN

2012

Kontakt:

www.sonara.de

eMail: kontakt@sonara.de

Tel 0049 – 2591 – 9140108 / 0049 - 170 203 9054

* * *

Am 6. Mai 2012 in Selm – 11-18 Uhr

Durdica Strauch bei LADIES.first
die 1. Unternehmerinnenmesse in Selm

- **Präsentation am Stand**
- **Vortrag um 13 Uhr zum Thema:
Beziehungen im Wandel**
- **Moderation Modenschau um 15 Uhr**

* * *

Seminar an Pfingsten 2012:

Persönliche SOUVERÄNITÄT

2012 ein Jahr, das kaum einen Menschen gleichgültig lässt. Viele allgemeine und persönliche Herausforderungen stehen an.

Pfingsten scheint mir ein wunderbarer symbolischer Zeitpunkt zu sein, die Herausforderungen des Jahres sehr persönlich zu betrachten, einen weiteren großen Schritt zur Selbstintegration zu wagen und die nächsten Schritte in Betracht zu ziehen.

Das Seminar beginnt am Samstag-Abend mit der Einstimmung auf das Thema, auf sich selbst und die Gruppe.

Am Pfingst-Sonntag werden wir uns dem Thema **Süchte und Abhängigkeiten** widmen, die uns daran hindern ein selbstbestimmtes Leben zu führen. Ob Arbeit, Liebe, Zigaretten, Sex, Kinder, helfen wollen, Sicherheiten, oder ... oder ... die Liste lässt sich endlos weiter weiterführen ... all diese Dinge können uns als eine gute Aus-Rede dafür dienen, vor uns selbst wegzulaufen ... UND ... es gibt oder gab gute Gründe dafür. Das wollen wir anerkennen, bevor wir einen neuen Weg einschlagen. Sanft und liebevoll werden wir das tun. In einem sicheren Raum, den wir gemeinsam gestalten werden.

Am Pfingstmontag geht es dann um **Souveränität und Neuwerdung**. Es ist Zeit, unsere Größe und Eigenständigkeit anzuerkennen. Frei zu werden von veralteten Abhängigkeiten, die uns am Wachsen hindern. Es ist an der Zeit aus dem Versteck herauszukommen und unseren Platz im Leben einzunehmen. Zu wissen, wer wir sind und wie wir leben wollen. 2012 ... ein Jahr ... reif für eine Neugeburt ... !

Ich freue mich auf Euch, auf dieses Seminar und auf Eure Anmeldung
Durdica Strauch Coach und Mediatorin

Termin: 26.-28. Mai 2012 in 59348 Lüdinghausen

Sa 18-20 Uhr / So 10-16 / Mo 10-16 Uhr – Preis: 198 Euro

Tel. 02591-9140108 – eMail: durdica@sonara.de – www.sonara.de

Seminar am So 24. Juni 2012

Zeit zum ankommen–Zeit für mich !

Ein Tag! Ein Geschenk!

Ein Tag für Dich, ein Tag für uns. Und eine Reise ins Innere.

Ein Tag ohne etwas lernen zu wollen, ohne etwas erreichen zu müssen. Einfach mit allen Sinnen Dich selbst erleben, es Dir gut gehen lassen, Dich verwöhnen. Was auch immer das für Dich heißen mag.

Es geht darum, sich in einem geschützten, einem liebevollen, eigenen Raum hinein zu bewegen und sich an sich selbst zu erfrischen, sich aus sich selbst heraus zu erneuern. Das Leben in Dir zu kosten.

Wir treffen uns um 10 Uhr in Lüdinghausen und werden gegen 16-17 Uhr den Tag beenden. Bringe bitte neben bequemen Sachen, warmen Socken, Decke und Kissen, auch einen Stift und ein Heft mit sowie feste Schuhe und eine Jacke für draußen mit. Wenn es passt, werden wir eine kleine „Klangwanderung“ machen ☺ ... !

Ich freue mich auf dieses Seminar und auf Eure Anmeldung

SheeWay

Durdica Strauch Coach und Mediatorin

Termin: So 24.6. 2012 – Beginn 10 Uhr
in 59348 Lüdinghausen Kl. Münster Str. 10

Preis: 88 Euro

Tel. 02591-9140108 – mobil 01702309054

eMail: durdica@sonara.de – www.sonara.de