



Setzen Sie sich Ziele auf dem Weg zu Ihrem Erfolg.

— Sie wollen noch erfolgreicher sein? Setzen Sie sich Ziele. Sie haben viele Wünsche und Ideen, können sich jedoch weder privat noch beruflich für eine klare Richtung entscheiden?

— Gemeinsam finden wir eine Lösung, definieren Ihre Ziele und unterstützen Sie dabei, Ihren neu gewählten Weg erfolgreich zu gehen.



sanon gesundheit & pflege GmbH
Zum Hückedahl 8, 31171 Nordstemmen
Telefon 05069 516542, Mobil 0151 11515016
E-Mail g.vahldiek@sanon-coaching.de
www.sanon-coaching.de

Dr. med. Gunda Vahldiek, Jahrgang 1965
Ärztin, Coach für integrierte lösungsorientierte
Psychologie, Resilienz und Hypnose,
Health Network Managerin

In Zusammenarbeit mit unseren Netzwerkpartnern.

Alle Angebote gelten für Privatpersonen und Firmen, für die Themen wie Begleitung von Karriere und persönlicher Entwicklung, Work-Life-Balance, Burn-Out und Resilienzentwicklung im Focus stehen.

Resilienz ist die Fähigkeit zu innerer Stärke, um Anforderungen in ständig wechselnden Situationen flexibel zu begegnen. Wir begleiten Sie.





Schöpfen Sie aus der Kraft, die in Ihnen steckt.

___ Die Welt um Sie herum dreht sich schneller und schneller? Sie sind engagiert, kreativ, verantwortungsbewusst und stellen sich Konflikten? Privat und beruflich werden ständig neue Anforderungen an Sie gestellt? Sie wollen all dem gewachsen sein und spüren dennoch dass Ihre Kraftreserven endlich sind?

___ Lernen Sie, Ihre Ressourcen und Talente effektiv zu nutzen.
Der Erfolg Ihres Handelns verhilft Ihnen zu neuer innerer Stärke und Energie.

Sie sind ein wichtiger Teil des Ganzen.

___ Sie sind berufstätig mit Familie oder wünschen sich ein Kind? Sie wollen Ihrer Karriere Flügel verleihen oder Familie und Karriere in Einklang bringen?

___ Richtungweisende Entscheidungen stehen an. Wir unterstützen Sie.
Meistern Sie die Gratwanderung zwischen Beruf, Familie und eigenen Zielen und Wünschen. Wir betrachten Sie und Ihr Umfeld gemeinsam und definieren und stärken Ihre Position.

Ihre positive Einstellung leitet Sie.

___ Sie fühlen sich körperlich, geistig und emotional erschöpft, ausgebrannt und gestresst? Sie suchen nach Ursachen und neuen Wegen? Sie wollen Ihren Alltag wieder positiv und motiviert leben?

___ Wir definieren Ihre Situation und die Faktoren, die Sie antreiben.
Eine Vielfalt erlernter Muster, Prägungen und Glaubenssätze unterstützt und blockiert Sie gleichzeitig. Gemeinsam entwickeln wir neue Methoden die Ihnen helfen Stress abzubauen oder zu vermeiden.