

## ZRM® Fresh-up: Cleveres Mottoziel kreieren

Bist du begeistert vom Zürcher Ressourcen Modell und möchtest ein weiteres, deiner Ziele mit dieser Methode umsetzen? In einem ZRM® Grundkurs oder ZRM® Einzelcoaching hast du dieses Selbstmanagement Training kennen - und schätzen gelernt.

Besonders kraftvoll und inspirierend ist es, dies gemeinsam mit anderen Menschen zu tun. Mit Hilfe des erweiterten Netzwerks und dem Austausch in einer ressourcenvollen Atmosphäre, bekommst du alle Ideenkörbe, die du brauchst, um dein neues Motto-Ziel zu formulieren.

### Ziele

- Auffrischen und Erweitern deines Wissens zur ZRM®-Methode
- Neues, aktuelles Mottoziel formulieren

### Inhalte

- Fresh-up: eine kurze Wiederholung der ZRM®-Methodik
- Bilderwahl für dein aktuelles Thema
- Ideenkorb zu den Bildern
- Ideenkorb für dein neues Motto-Ziel
- Embodiment und Erinnerungshilfen Ideenkorb

**Zielgruppe:** Du hast bereits einen ZRM® Grundkurs oder ein ZRM® Einzelcoaching besucht und möchtest für ein aktuelles berufliches oder privates Thema ein neues Motto-Ziel erarbeiten.

**Dauer:** von 14.00 bis 17.30 Uhr

**Mögliche Daten:** Mittwochnachmittag, 4. September 2024 oder 13. November 2024

**Ort:** Beratungsraum: Bankstrasse 10 in Uster (direkt über dem Bahnhof)

**Kursleitung:** Bea Wüthrich, zertifizierter ZRM®-Coach

**Teilnehmerzahl:** min. 4 Teilnehmer/innen, max. 6 Teilnehmer/innen

**Kosten:** CHF 210.00 pro Person (inkl. Kursunterlagen / Pausenverpflegung)

### Anmeldung:

per E-Mail mit Adressangaben an [bea.wuethrich@abcoaching.ch](mailto:bea.wuethrich@abcoaching.ch) oder über das Formular (bis 2 Wochen vor Kursdatum)

### Anschrift & Kontakt

Bea Wüthrich  
Brüglenstrasse 10  
8345 Adetswil  
  
079 487 84 61  
[bea.wuethrich@abcoaching.ch](mailto:bea.wuethrich@abcoaching.ch)  
[www.abcoaching.ch](http://www.abcoaching.ch)

### Adresse Beratungsraum

Bankstrasse 10  
8610 Uster

**Voraussetzung:** Besucher ZRM® Grundkurs (z.B. Cleveres Selbstmanagement mit ZRM®) oder ZRM® Einzelcoaching. Bitte angeben, bei wem du dies besucht hast.

**Informationen zur ZRM®-Methode:** [www.abcoaching.ch](http://www.abcoaching.ch)  
Bei Fragen kannst du mich gerne unverbindlich kontaktieren.

**Anschrift & Kontakt**

Bea Wüthrich  
Brüglenstrasse 10  
8345 Adetswil  
  
079 487 84 61  
[bea.wuethrich@abcoaching.ch](mailto:bea.wuethrich@abcoaching.ch)  
[www.abcoaching.ch](http://www.abcoaching.ch)

**Adresse Beratungsraum**

Bankstrasse 10  
8610 Uster