



**MARCELLA GIRARDI**  
coaching & resourcing

### Seminarleiterin

Die Seminarleiterin, Marcella Girardi, hat langjährige Erfahrung in der Leitung von Workshops und Seminaren für Führungskräfte.

Als Coach begleitet sie Führungspersonen in ihrem Alltag, wenn es um Themen der Softskills und des persönlichen Selbstmanagements geht.

Sie bringt naturheilkundliches, psychologisches und methodisch-didaktisches Wissen sowie eine fundierte Coachingausbildung mit lösungs- und systemorientierter Methodik mit.

Marcella Girardi [mgi@marcellagirardi.ch](mailto:mgi@marcellagirardi.ch)  
0041 71 870 07 14 [www.marcellagirardi.ch](http://www.marcellagirardi.ch)

### Methodik

Sie lernen eine Vielfalt von Methoden aus dem ressourcenorientierten und systemischen Coaching kennen. Sie geniessen das Beste aus den Bereichen Bewegung, Atmung und mentale Techniken.

### Umgebung und Unterkunft

Die Seminare finden an idyllischer, ruhiger Lage, entweder am Meer oder in den Bergen statt. Sie geniessen die lokalen, frischen Produkte und tanken in ursprünglicher Natur mit allen Sinnen auf.

### Teilnehmende

Frauen, die es sich wert sind, für sich Zeit zu nehmen.



zwischen**HALT**  
den Kompass setzen

Impulstage für Frauen

Manchmal gibt es Zeiten, in welchen sich einiges verdichtet – beruflich oder privat. Alles wird zuviel und der Überblick fehlt. Gefühle und Sachliches verstricken sich. Sie brauchen Abstand, um einen klaren Kopf zu gewinnen.



Sie haben in Ihrem Leben schon einiges geleistet und jetzt stellt sich die Frage wie weiter, welches Lebenskonzept passt zu mir. Ein Innehalten und Prüfen, vielleicht auch eine Neuorientierung stehen an. Möglicherweise läuft bei Ihnen auch alles gut und es geht darum, zu erkennen wie Sie diesen guten Zustand erhalten können.

Legen Sie einen zwischenHALT ein und gewinnen Sie innere Ruhe für souveräne Entscheidungen sowie neue Perspektiven für eine klare Ausrichtung.

Wenn eine Veränderung ansteht, gehen Sie vielleicht zum Coiffeur oder kaufen sich ein neues Kleid. Erlauben Sie sich einen inneren Garderobenwechsel für ein neues Lebensgefühl.



zwischenHALT am Meer

### Programm

1. **Ihre Standortbestimmung** – Übersicht über die aktuelle Situation mit Ihren Möglichkeiten
2. **Ihr Kompass** – wohin Sie wirklich wollen
3. **Ihre Perlen** – eine Sicherheit dafür haben, was Sie können und was Sie sich wert sind
4. **Ihr Tun** – umsetzen des Erfahrenen in den Alltag

Details zu den Programmen: [www.marcellagirardi.ch](http://www.marcellagirardi.ch)

### Ziele

Nach diesen Tagen:

- haben Sie eine Übersicht, wo Sie stehen und die Fülle Ihrer Möglichkeiten ist neu geordnet
- wissen Sie, was Ihnen wirklich gut tut und in welche Richtung Sie gehen wollen – beruflich oder privat
- haben Sie solide Entscheidungsgrundlagen gewonnen
- haben Sie neue Energie und Kraft getankt
- haben Sie wieder einmal Zeit und Musse für sich selber gehabt



zwischenHALT in den Bergen