

# Jahresabonnement

**Für Alle, die im Alltag stark gefordert sind.**

**Bleibe mit dir im Austausch. Stärke deine Ressourcen.**

In der schnelllebigen Welt von heute, bleibt viel zu wenig Zeit zum Innehalten und zur Reflektion.

Dabei ist die Analyse des eigenen Denkens, Fühlens und Handels unabdingbar, um den beruflichen und privaten Alltag mit Freude und Leichtigkeit zu meistern.

Im Einzelcoaching ist es eine bewährte Methode, regelmässig zur Reflektion innezuhalten, um mit sich selbst im Austausch zu bleiben und die eigenen Ressourcen zu stärken.

**Deswegen begleite ich dich in meinem Jahrescoaching über 12 Monate.**

Welche Vorteile hat das Ganze für dich? Die Termine sind im Voraus gebucht, sodass sie im Alltagstrubel nicht untergehen. Ausserdem gibt es genug Zeit zwischen den 4 Sitzungen um innezuhalten, zu reflektieren und neue Denk-, Gefühls- und Handlungsmuster auszuprobieren.

Wenn es dir einmal nicht möglich ist einen Vor Ort-Termin zu finden, können wir das Coaching im Einzelfall auch telefonisch führen.

**Du wohnst oder arbeitest in der Nähe von St. Gallen? Dann können wir das Coaching - statt in deinem oder meinem Büro - gerne beim Spaziergang in der Natur durchführen. Bewegung und frische Luft sind die besten Zutaten, um den Geist zu befreien.**

Werde nicht erst im Problemfall aktiv. Bleibe mit dir selbst auf dem Laufenden.

**Verbinde dich aktiv und bewusst mit deinen Ressourcen. Gestalte deinen Alltag mit mehr Leichtigkeit und Freude.**

Das Jahresabonnement kann jederzeit gestartet werden und ist ab Buchungsdatum für ein Jahr gültig. Die Kosten von CHF 890 sind bei der Buchung fällig .

Kontaktiere mich über [mail@susannebuergi.ch](mailto:mail@susannebuergi.ch) oder rufe mich an 071 245 93 11

**Susanne Bürgi – einfach besser leben**