

Stephanie Bergold

Endlich Zeit!

Werden Sie zum Schöpfer Ihrer Zeit
7 Punkte, die Ihr Leben verändern

Möchten Sie Ihr Leben selbst gestalten, statt von einem Ich-muss-
noch ins nächste zu hasten?

Oder möchten Sie lieber das Bekannte, den Stress, die Unaus-
geglichenheit?

Möchten Sie Ihr Wohlbefinden steigern?

Möchten Sie endlich Zeit für die wirklich wichtigen Dinge in Ihrem Leben haben?

Möchten Sie das für Sie Nützliche vom Unnützlichen trennen?

Möchten Sie Ihre Zeitfresser finden und beseitigen?

Wenn ja, kommen Sie mit auf die Reise.

Dieses Buch hilft Ihnen in sieben Punkten und mit praktischen Übungen:

1. Ihre Prioritäten zu setzen
2. Unwichtiges loszulassen und Zeitfresser zu beseitigen
3. Zum Schöpfer Ihrer Zeit zu werden

Stephanie Bergold, geb. 1971, Lehramtsstudium für Deutsch und Kunst Sek. 2 an der Universität Bremen. Seit 1997 Referentin an der Bremer VHS im Bereich „Kreatives Schreiben - Spielend schreiben“. 2001 Promotion an der Universität Bremen mit der Arbeit: „Das west-östliche Lebensprinzip in Hermann Hesses Werk. Eine Antwort auf existenzielle Fragen.“, Kommunikationstrainerin (Seminare & Vorträge), selbstständige Unternehmerin.



.....

E-Book bestellen: Bergold, Stephanie: Endlich Zeit!

Ausschließlich als E-Book erhältlich

ISBN: 978-3-937729-24-4

Name, Vorname: _____

Adresse: _____

PLZ, Ort: _____

Telefon: _____ Fax: _____

E-Mail: _____