



# Mit Herz und Verstand mein Leben gestalten

Lustvoll eigene Ziele erreichen mit dem  
Zürcher Ressourcen Modell ZRM®

Fr 17. – So 19. November 2017



Das Zürcher Ressourcenmodell (ZRM®) ist ein theoretisch fundiertes und wissenschaftlich überprüftes ressourcenorientiertes Selbstmanagementtraining.

Im ZRM® - Grundkurs lernen Sie

- eigene Bedürfnisse zu klären – damit Sie Ihre Energie und Ihre Aufmerksamkeit dorthin lenken, wo Sie sie wirklich haben wollen.
- eigene Ressourcen zu entdecken und nutzen – mit bewährten, gut erlernbaren Techniken und Methoden.
- Handlungskompetenz und neue Handlungsmuster – damit Sie auch in schwierigen Situationen authentisch und selbstbestimmt agieren können.

Mit dem Erlernten können Sie auch künftig motivierende Ziele umsetzen und damit Ihren Handlungsspielraum dauerhaft erweitern.

Sie erwerben das ZRM®-Zertifikat, das Sie ggf. zur Ausbildung als ZRM®-Trainer/in berechtigt.

Referentin	Susanne Benz ZRM®-Trainerin. Ihre Arbeitsschwerpunkte liegen in der Persönlichkeitsentwicklung
	Barbara Hobi ZRM®-Trainerin für Erwachsene und Jugendliche, pädagogische Psychologin, Supervisorin und Coach, Psychodramaleiterin (PDH)
Kursleitung	Monika Heilmeier-Schmittner Referentin für Persönlichkeitsbildung
Teilnehmer/innen	16
Anmeldeschluss	26.10.2017
Kursgebühr	EUR 590,00
Vollpension	EUR 160,00
Beginn	Freitag, 14.30 Uhr
Ende	Sonntag, 13.00 Uhr (nach dem Mittagessen)
Ort	Kloster Armstorf (bei Dorfen)

**Kurs Nr. 25831**



BILDUNGSZENTRUM  
Kardinal-Döpfner-Haus

Stiftung Bildungszentrum  
im Kardinal-Döpfner-Haus  
Frau Hildegard Mair  
Domberg 27  
85354 Freising