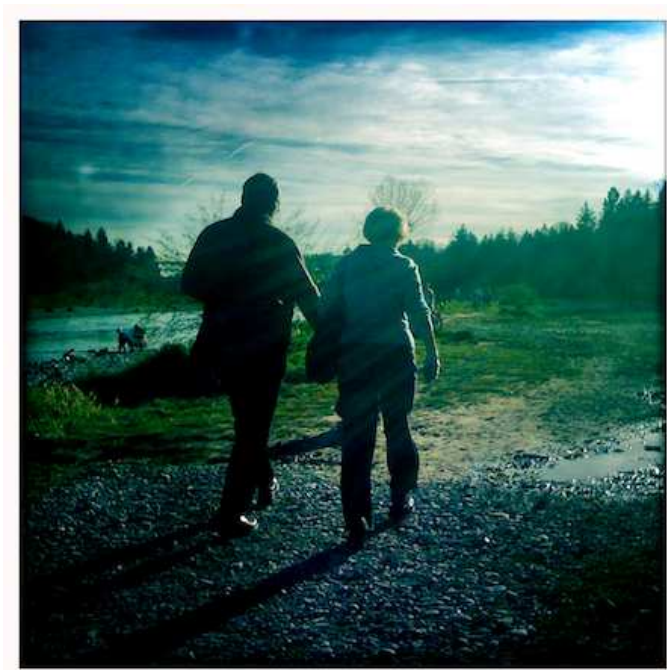


**Monica Fauss**

[www.lernen-ist-leben.de](http://www.lernen-ist-leben.de)

## **Wenn nicht jetzt – wann dann? Durchstart-Paket für Best Ager**



Wenn in der Lebensmitte berufliche Etappen erreicht und die Kinder groß geworden sind, eröffnen sich neue Perspektiven und Möglichkeiten. Ein neuer Lebensabschnitt kann beginnen.

Es ist Zeit, sich des vorhandenen Wissens und der Erfahrungen bewusst zu werden, alte Träume und neue Ideen zu verwirklichen.

Das Seminar in Einzel- und Teamarbeit motiviert, klärt Ideen und Ziele und hilft, erste Schritte zu entwickeln.

### **Ablauf:**

4 Seminareinheiten à 3 Stunden

### **Leistung:**

Input und gemeinsame Arbeit an folgenden Themenblöcken – individuell an eigener Fragestellung:

- Bestandsaufnahme vorhandenes Wissens und Erfahrungen
- Ziele / Wünsche
- Ressourcen
- Umsetzung

### **Nutzen:**

- Sie entwickeln Ideen, um noch mal durchzustarten
- Sie spezifizieren Wege, um Ihre Ideen umzusetzen
- Sie entdecken, welche Potenziale Sie mitbringen
- Sie erfahren, was Sie noch dazu brauchen
- Sie tauschen sich in Gruppe aus und unterstützen sich gegenseitig
- Sich bringen sich in Schwung und fühlen sich lebendiger

**Termin:** Auf Anfrage

### **Kosten:**

Euro 125 (inkl. MWST, Materialien und Getränke) für Privatpersonen

Euro 150 + MWST (inkl. Materialien und Getränke) für Selbständige und Firmen



## Monica Fauss

(Rio de Janeiro, 1959) ist Kulturwissenschaftlerin, Publizistin, Referentin, Trainerin, Meditationsanleiterin und Coach.

Für ihre Arbeiten über den Wandel der Altersbilder erhielt sie 2005 den "Publizistikpreis Senioren".

### Schwerpunkte:

- Lebenslanges lernen, Lernen lernen
- Geistige und körperliche Fitness
- Gründung und berufliche Neuorientierung 45plus
- Persönliche Neuausrichtung in der Lebensmitte
- Biographie-/Erinnerungsarbeit

### Bücher:

- Lernen ist Leben. Know-how für die zweite Lebenshälfte (Patmos, 2007)
- Weiter lieben... Wie ältere Menschen ihre Beziehungen leben (Kreuz, 2009)

### Qualifikationen:

- Kulturwissenschaftlerin (Magister Artium, Ludwig-Maximilians-Universität)
- Trainerin/Ausbilderin Neustart ab 50 (Zertifikat Generation Research Programm in Bad Tölz/Humanwissenschaftliches Zentrum der Ludwig-Maximilians-Universität München)
- Business Coach (Zertifikat Woman's Akademie/Monika Scheddin, München)
- Wandercoach (Inner Game Institut/Christian Maier, Sulzburg)
- Kreatives Schreiben/TZI (Akademie der Bayerischen Presse, Institut für angewandte Kreativitätspsychologie u.a.)
- Meditationsanleiterin (z.Z. 2-jährige Fortbildung Verein zur Förderung der Meditation der evangel.-luther. Kirche, Haus der Stille/Schloss Altenburg)
- Langjährige Praxis in Yoga, Meditation und Stilles Qi Gong (Rigpa/Sogyal Rinponche, Jutta Rühl-Thomas, Margot Redl/Yoga Institut München, Chi Chang Lee u.a.)

### Kontakt/Anmeldung:

Monica Fauss  
Tel. 089-693 727 85  
fauss@lernen-ist-leben.de  
www.lernen-ist-leben.de