

## HERZLICH WILLKOMMEN!

Das ZRM<sup>®</sup> (Zürcher Ressourcenmodell) ist eine bewährte Methode, die **Freude** in Ihr Leben bringt. ZRM<sup>®</sup> stärkt Ihr **Selbstbewusstsein** und Ihre **Zufriedenheit**, weil es hilft, ganz persönliche Ziele leicht und wirksam zu erreichen. Es bezieht Ihren Verstand und Ihr Gefühl in Ihre Entscheidungen ein und unterstützt Sie bei Themen aller Art.

ZRM<sup>®</sup> ist ein Selbstmanagement-Training, das an der Universität entwickelt wurde. Die Wirksamkeit ist vielfach belegt. Es wird erfolgreich in Wirtschaft, Berufs- und Privatleben, Pädagogik, Gesundheitswesen, Persönlichkeitsentwicklung, Stressreduktion, Burnout und Spitzensport angewendet.

<http://www.zrm.ch/Forschung.html>

## KURSZIELE – SIE –

- ✓ *entscheiden, was Ihnen in Ihrer aktuellen Lebenslage besonders wichtig ist*
- ✓ *erleben eine neue, ressourcenorientierte Art mit sich selbst und anderen umzugehen*
- ✓ *lernen, eigene, bereits vorhandene Stärken und Möglichkeiten (Ressourcen) zu entdecken, sie wertzuschätzen und systematisch zu nutzen*
- ✓ *erweitern Ihren Entscheidungsspielraum und Ihr Handlungsrepertoire*
- ✓ *lernen wissenschaftliche Erkenntnisse aus Neurologie und Psychologie kennen*
- ✓ *eignen sich ein ressourcenorientiertes, lustvolles Verfahren des Selbstmanagements an*

## ZIELGRUPPE und KURSGESTALTUNG

Das ZRM<sup>®</sup> ist für alle Menschen geeignet, die neugierig und offen sind. Impulsvorträge wechseln mit Gruppen-, Einzel- und Plenumsarbeit ab.

## DATEN und ZEITEN

Montag und Dienstag 30. bis 31. August 2021

Montag 9.00 - 18.00 Uhr

Dienstag 9.00 - 18.00 Uhr

**KURSGEBÜHR:** 625,- € (15 Stunden)

## FOLLOW UP

Angebot für die ersten Monate nach dem Kurs, um gemeinsam die neue Haltung zur neuen Gewohnheit werden zu lassen. Termine auf Anfrage.

18.30. – 20.30 Uhr (50,-€)

Ort: Naturheilpraxis Eva Pauly, D-Mühlthal

## WEITERBILDUNG und ANERKENNUNG

Die Teilnahmebestätigung für diesen anerkannten Grundkurs wird angerechnet auf den Zertifikats-Lehrgang «ZRM<sup>®</sup>»-Trainer\*in oder «ZRM<sup>®</sup>»-Coach.

<https://ismz.ch/18.html>

## ORT

Gutshaus Hofgut Oberfeld,  
Erbacher Str. 125, 64287 Darmstadt

Wegbeschreibung:

<https://www.initiative-oberfeld.de/wegbeschreibung.html>

Ergänzend zum intensiven Kurs können Sie individuell das landwirtschaftliche Konzept des Hofgutes, die Darmstädter Mathildenhöhe (vorgeschlagen als Weltkulturerbe) oder den Vortextgarten kennenlernen. Das 8 km entfernte Museum Grube Messel (Weltnaturerbe) bietet Führungen zur Entstehungsgeschichte der berühmten Fossilienfunde an.

## SEMINARLEITUNG und ANMELDUNG



Eva Pauly:  
zertifizierte ZRM<sup>®</sup>-  
Trainerin  
Heilpraktikerin  
Gesundheitsberaterin  
Dozentin  
Schulpädagogin

Kontakt und Anmeldung siehe Fußzeile oder Webseite. Mit der Anmeldebekätigung erhalten Sie die Rechnung, Rahmenbedingungen und DSGVO.

