



Overblik, udvikling, kommunikation
Livsglæde, selvværd, ro



BIRGIT MÅNESTRÅLE

Kurser Coaching

Workshops

Temamøder Foredrag

**Det vigtigste
i al fremgang
er næste skridt
- og næste...**



Jeg viser hvordan du kan...

- finde og bevare indre ro og glæde
- udvikle selvværd og selvtillid
- lære med et strejf af leg
- få overblik og bevare det
- udvikle mod til at udtrykke dig bedre
- motivere dig selv til at gøre det du oprigtigt ønsker



**Lær gennem praktiske øvelser,
dialog og positiv feedback**

**Assertion
Aktiv Lytning
At Turde Sige Noget
Visualisering i Praksis
Bevidst Positiv Tænkning**



**Levende undervisning
for levende mennesker**

BIRGIT M Å N E S T R Å L E

Underviser og Coach
Jernbanegade 26
DK-3480 Fredensborg
Telefon 70 20 09 58
info@birgitmaanestraale.dk
www.birgitmaanestraale.dk

