



Impulse für Ihre berufliche Zukunft

Der beste Weg, die Zukunft vorherzusehen, ist, sie zu gestalten

Die neue Serie
jetzt jeden Monat in
Hallo Erding Wochenende

Visionen für das neue Jahr

Silvia Ziolkowski ist Zukunftsentwicklerin, Coach und Unternehmerin. Mit der von ihr entwickelten Future Zooming®-Methode hilft sie Menschen dabei, ihre eigenen Wünsche und Visionen zu klären. Im November 2013 ist sie in den Senat der Wirtschaft berufen worden.

Sie ist Herausgeberin des „Impulsbuches“ und der „Impuls-Postkartenserie“ und hat gerade einen neuen Tischkalender kreiert: Visionen 2014. Ein frecher kleiner Kater namens Filou, bezaubernd in Szene gesetzt von der Wasserburger Künstlerin Andrea Ernst, begleitet durch das Jahr und inspiriert jeden Monat mit neuen merkwürdigen Gedanken.

Durch die Kooperation mit der Zukunftsentwicklerin profitieren auch unsere Leser davon. Gewinnen Sie in diesem Monat einen von fünf Tischkalendern und lassen auch Sie sich inspirieren.

Gewinncoupon



Hallo Erding Wochenende verlost 5 Tischkalender „Visionen 2014“ von Silvia Ziolkowski (Einsendeschluss: 15. Dezember)

Name/Anschrift

Einsendung an Hallo Erding, Am Gries 12, 85435 Erding
Stichwort: Tischkalender

Thema 3: Innehalten und zurückschauen

Wir leben heute in einer „Zuvielisation“. Alles ist zu viel – zu viele Angebote, zu viel Ablenkung, zu viele Möglichkeiten... Unser Problem: Für das Zuviel haben wir zu wenig Zeit. Dies führt zwangsläufig bei uns zu Druck und Stress. Gerade in der Vorweihnachtszeit – den „Bluthochdruckmonaten“ – bekommen wir das zu spüren.

Betätigen Sie bewusst den Pausenknopf!

Wir können unsere „Zuvielisation“ nicht einfach ändern oder so tun, als gäbe es sie nicht. Aber wir können ganz bewusst den Pausenknopf drücken. Es liegt in unserer Verantwortung, auf die Bremse zu treten und innezuhalten.

Statt bis Weihnachten durchzuheizen, nutzen Sie die Adventszeit doch einmal, um in Ruhe zu reflektieren, was sich im diesem Jahr alles ereignet hat. Machen Sie Ihren persönlichen Jahrescheck. Eine entsprechende Checkliste finden Sie auf meiner Website www.silvia-ziolkowski.de unter Aktuelles.

Konzentrieren Sie sich auf das, was für Sie wichtig ist

Spüren Sie am Ende eines Tages in sich hinein: Was hat heute dazu beigetragen, dass ich zufrieden bin? Oder: Was hat dazu geführt, dass ich so erschöpft bin? Was wünsche ich mir wirklich? Gönnen Sie sich dieses Innehalten, es wird Ihnen Kraft geben – denn nach dem 31. Dezember geht das Leben schließlich weiter.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen für die Adventszeit, dass Sie neben all den Dingen, die noch „schnell“ erledigt werden müssen, auch ein wenig Zeit für sich haben, für die Dinge, die Ihnen wichtig sind. Ich wünsche Ihnen von Herzen ein gesegnetes Fest und einen traumhaften Start für 2014.

Ihre Silvia Ziolkowski

www.silvia-ziolkowski.de