

Förderung Resilienz-Orientierter
Ganzheitlicher Gesundheit im System

FROGGS Family Mom-Coaching

Dein modulares Coachingprogramm führt dich Schritt für Schritt zu einer besseren Life-Family-Balance, zu mehr Zeit für das Wesentliche & zu mehr Zufriedenheit in der gesamten Familie.



Dein Kleingruppen-Coaching mit Nadine



1

LASS UNS LOSLEGEN.

Gemeinsam setzen wir klare Ziele, damit du die unterschiedlichen Bedürfnisse deiner Familie besser in Einklang bringst - die Basis für positive und nachhaltige Veränderung.

DEIN STARKER RÜCKEN.

Gemeinsam stärken wir deine Ressourcen und schaffen neue Möglichkeiten, um dir den Rücken für deine ganz persönlichen (Familien-) Ziele freizuhalten.

2



3

DEIN ZUGEWINN.

Mehr Wohlfühl für dich und mehr Balance für deine Family! Mit konkreten Strategien wirst du deinen Alltag neu organisieren und deine Zeit besser und effektiver zu nutzen.

DEINE WEGBEGLEITUNG.

Sichere dir eine nachhaltige Life-Family-Balance mit familiengerechten Praxistipps und kontinuierlicher Unterstützung. Ich begleite dich auf deinem Weg!

4



SYSTEMISCH-GANZHEITLICH

Wohlbefinden definiert sich ganz einzigartig aus einem komplexen Zusammenspiel aus unserer physischen und psychischen Konstitution, wie auch aus den Bedingungen unserer Umwelt- und Sozialsysteme.