

„Retreat-Days“ mit Mentorbegleitung gewinnen

Du bist ein im Leben stehender junger Mann, der sich kaum noch Zeit für sich und **sein Selbst** nimmt?

Du möchtest einmal so richtig abschalten, in einer ruhigen und besinnlichen Umgebung. Jedoch **WIE**, **WO**, **WANN** und mit **WEM**?



Ich bin Gerald Häfele, Dipl. Trainer und Mentor, lebte, arbeitete und studierte u.a. fünf Jahre lang durchgehend in Benediktinerklöstern (2000-2005). Diese Ausbildung und Erfahrung, sowie jahrelange Berufs- und Trainertätigkeit fließen in diese (NICHT religiös!) geführte **Auszeit der loslassenden Entspannung** ein. Ich begleite immer nur eine



Person in dieser Zeit (kein Gruppentraining!), denn so kann ich als Mentor genau auf die Bedürfnisse des Auszeitnehmenden hören, Impulse geben und ihn gezielt in Stillezeiten senden. Ich "klebe" also nicht ständig an einem, sondern höre empathisch auf das, was der Person jetzt gerade gut tut. Gerne stehe ich auch mit Beratung und Antworten finden zur Seite. Denn so mancher hält die Ruhe, das Loslassen von störenden Gewohnheiten und das Auf-sich-geworfen-sein nicht lange aus, dann braucht es eine Ansprechperson.

Die Retreat-Days eignen sich auch zur Neuorientierung, wenn man gerade eine schwierige Zeit zu bewältigen oder Lebensentscheidungen zu treffen hat... Den Ort dafür wählen wir gemeinsam aus. Das kann z.B. in einem Bildungshaus oder in einem Kloster mit schöner Umgebung sein. So bist du am Puls dieser Stätte, aber ohne ungewollt in religiöse Strukturen eingebunden zu werden.

Info über den Mentor www.gerald-haefele.com
E-Mail/Kontakt: mentor@die-optimisten.net

Gewinnspiel: Gewinne jetzt „Retreat-Days“ - ein Wochenende von einem Freitagabend bis Sonntagmittag (oder auch unter der Woche möglich) 2 Übernachtungen inkl. gemeinsame Essen **im Werte von € 750,-** mit dem **Mentor/Trainer Gerald Häfele**. Gemeinsam suchen wir dann dafür einen Termin und eine geeignete Stätte aus. Sende einfach eine E-Mail mit deinem Lebenslauf und der Begründung, warum du so eine begleitete Auszeit gut gebrauchen kannst an lebensfroh@die-optimisten.net

Hinweise: Teilnahmeberechtigt sind Männer von 18-40 Jahren. Gesendete Daten werden nur für das Gewinnspiel herangezogen und nicht an Dritte weitergegeben. Der Gewinn kann nicht an eine andere Person übertragen, nicht umgetauscht und nicht in bar ausgezahlt werden!