

Neues von Sonora Coaching

Herzlich Willkommen Melanie Minder

Am 1. Oktober 2021 konnte Sonora Coaching seine neue Mitarbeiterin begrüßen. Melanie Minder wird Sonora Coaching in administrativen Themen unterstützen.

Melanie Minder ist 28 Jahre alt, verheiratet und lebt zusammen mit ihrem Mann, ihrem 6 Monate alten Sohn und einem Jack Russel in Hirschthal (Kanton Aargau). Nach der Ausbildung als Kauffrau im Jahr 2011 hat sie im Jahr 2016 einen 4-monatigen Sprachaufenthalt in San Diego gemacht und danach die 2-jährige Ausbildung als Direktionsassistentin abgeschlossen. Als Direktionsassistentin hat sie zuletzt bei der Firma Jungheinrich AG gearbeitet und war dort insgesamt 13 Jahre tätig. Nach der Geburt ihres Sohnes im März 2021 möchte sie nun eine Teilzeitstelle, bei der sie noch genug Zeit für ihren Sohn aber trotzdem einen spannenden Berufsausgleich hat.

Sie freut sich nun sehr auf die neue Aufgabe und die spannenden neuen Herausforderungen.

Melanie Minder wird das Sonora-Team unterstützen in administrativen Arbeiten, Kommunikation, Social Media, Marketing & Events, Planung & Organisation sowie Berichtswesen.

Wir wünschen Melanie Minder einen erfolgreichen Start und alles Gute!

Neue Mitarbeiterin



Melanie Minder

Eine Teilnehmerin erzählt

Permakultur

Was ist Permakultur? Diese Frage beantwortet eine aktuelle Teilnehmerin bei Sonora Coaching. Sie erzählt, wie sie auf die Permakultur gestossen ist und wie sie ihr geholfen hat.

«Permakultur ist eine Kombination aus permanent und Agriculture und bedeutet so viel wie nachhaltige Landwirtschaft. Es steht für ein Konzept, welches multifunktionale und vernetzte Ökosysteme designt, initiiert und erhält. Dabei stehen Nachhaltigkeit und Sozialverträglichkeit im Zentrum. Es soll möglichst vielfältig und widerstandsfähig sein.



Wie hilft mir Permakultur?

Ich merke, wie ich körperlich und geistig immer fitter werde. Die sinnstiftende Arbeit erfüllt mich. Mein Mut und meine Experimentierfreude wächst von Tag zu Tag mehr. Meine Veränderung nehme ich aufmerksam wahr und ich entwickle wohlwollende Strategien. Ich bin zutiefst dankbar für alle beteiligten Personen.»

Lesen Sie den vollständigen Blog unter folgendem [Link](#)

Sonora Angebote

Online-Coaching

Corona ist leider auch im Oktober 2021 immer noch ein ganz aktuelles Thema. Gerade mit diesem Hintergrund kann das online durchgeführte, individuelle Coaching sehr sinnvoll sein.

Die Vorteile vom Online-Coaching liegen auf der Hand

- Zeitliche Flexibilität
- An- und Heimfahrt entfallen
- Bequem von zu Hause aus
- Kein Reisestress



Wann ist Online-Coaching geeignet?

- Sie wollen Ihre persönliche oder berufliche Entwicklung fördern
- Sie möchten überzeugender auftreten und Ihre Ziele leichter erreichen
- Sie stecken aktuell in einer schwierigen Situation und brauchen eine Aussensicht
- Sie wünschen sich, Ihrer Karriere neuen Schub zu geben

Unsere Coaches sind völlig wertfrei und urteilen nicht. Wir gehen auf Ihre individuellen Anliegen ein. Der Coach löst das Problem nicht sondern bestärkt Sie auf Ihrem persönlichen Weg durch das Aufzeigen von neuen Möglichkeiten. So erhalten Sie durch das Online-Coaching neue Perspektiven.

Zögern Sie nicht, zu einem kostenlosen Erstgespräch auf uns zuzukommen.

Weitere Infos finden Sie auf unserer Homepage unter:

<https://www.sonora-coaching.ch/Fuer-Private.htm>

Sonora Coaching GmbH

Warpelstrasse 3

3186 Düringen

Tel.: +41 26 492 02 21

info@sonora-coaching.ch

www.sonora-coaching.ch

