

Neues von Sonora Coaching

«Der April macht was er will»

*Neue Perspektiven
durch Coaching*

Wer kennt das Sprichwort «Der April macht was er will» und was hat es auf sich?

Der April kann regnerisch, sonnig, windig, kalt oder warm sein und nicht selten gibt es Gewitter und Schnee – das sagt auch die Bauernregel aus. Der April ist der Monat des Jahres, in dem das Wetter nur sehr schwer vorherzusagen ist.

Dieses Jahr erwartet uns im April jedoch nicht nur wettertechnisch eine besondere und aufregende Zeit – Ostern steht vor der Tür. Ostern gehört zu den beweglichen Festen, deren Kalenderdatum jedes Jahr variiert. Der Ostersonntag hängt vom Frühlingsvollmond ab und fällt frühestens auf den 22. März oder spätestens auf den 25. April - dieses Jahr fällt er auf den 17. April.

Ostern wird in sehr unterschiedlichen Formen gefeiert und es gibt viele Traditionen und Bräuche. Einer der bekanntesten Bräuche ist wohl das Osterei und deren Suche. Und das kommt nicht von ungefähr, denn das Ei mit seiner toten Schale und dem daraus schlüpfenden Jungtier symbolisiert seit jeher in vielen Religionen und Kulturen das (Wieder-)Entstehen neuen Lebens.

Wir freuen uns somit schon auf die Ostereiersuche und das Osterfest mit seinen vielen Facetten.



**Neues aus dem
Kreativ-Atelier**

Kreativ-Atelier mit unseren Jugendlichen

Im Rahmen des Kick-Start Angebots für Jugendliche und junge Erwachsene werden im Kreativ-Atelier diverse Workshops geplant und durchgeführt. Passend zum Thema Ostern gab es einen Backworkshop - es wurden leckere Osterkekse gebacken und im Anschluss individuell verziert und dekoriert.



Der Workshop wurde im Voraus durch den zuständigen Coach geplant, Aufgaben wurden verteilt und so konnte beobachtet werden, wie sich die Jugendlichen organisieren und im Team arbeiten können. Die Dynamik war sehr positiv, die Jugendlichen waren alle sehr engagiert, motiviert und hatten grosse Freude daran, ihrer Kreativität freien Lauf zu lassen.

Schnell haben sie gemerkt, dass nichts passieren kann - ihr Vertrauen in sich und ihren eigenen Fähigkeiten wuchs und sie konnten immer mehr aus sich herauskommen. Nach dem Workshop konnte der Coach in zufriedene und glückliche Gesichter blicken: Alle Jugendliche waren stolz über ihr Werk. Sie freuen sich nun, die Osterkekse in hübsch verzierte Gläser zu füllen und alle Sonora Teilnehmende mit einem Osternest zu überraschen.



Der schöne Vormittag hat uns von Neuem gezeigt, dass Workshops wie dieser sehr hilfreich sind und eine Mehrdimensionalität fördert: Sozialkompetenzen werden entwickelt, das Selbstbewusstsein gefördert und der Mut für Neues gestärkt.

Wir freuen uns immer wieder solche Workshops mit den Jugendlichen durchführen zu können und sind stolz auf die Ergebnisse, die daraus resultieren.

Sonora Angebote

Outplacement

Outplacements sind Massnahmen fairer Trennungsprozesse und erfolgen in der Regel parallel zu betrieblichen Rationalisierungs- oder Restrukturierungsmassnahmen, im Zusammenhang mit Fusionen, dem Wegfall spezifischer Angebotssparten, technologischem Wandel oder geografischen Verlagerungen.

Sonora Coaching hilft Ihnen dabei, durch ein persönliches oder ein Gruppencoaching neue Wege zu finden und begleitet Sie durch die Veränderungen.

Weitere Informationen finden Sie auf unserer Homepage.

[Für Private - Sonora Coaching GmbH \(sonora-coaching.ch\)](https://sonora-coaching.ch)



Das Team von Sonora Coaching wünscht Ihnen einen schönen April und ein schönes Osterfest im Kreise der Liebsten.

Sonora Coaching GmbH

Warpelstrasse 3

3186 Düringen

Tel.: +41 26 492 02 21

info@sonora-coaching.ch

www.sonora-coaching.ch

