

lernwerkstatt

2025



Inspirationen für  
Führung, Coaching  
und Mentoring

# Coaching- Mentoring-Event

[www.coaching-mentoring-event.ch](http://www.coaching-mentoring-event.ch)

# Coaching- Mentoring-Event



**Lernen, Erfahrungen austauschen und Spass haben: Stellen Sie am Coaching-Mentoring-Event 2025 aus 32 Workshops Ihr persönliches Programm zusammen. Abwechslungsreiche Inputs und spannende Gespräche geben Ihnen neue Inspirationen für Führung, Coaching und Mentoring.**

**Dienstag, 21. und Mittwoch, 22. Januar 2025**  
**08.45 – 16.45 Uhr**  
Kurs- und Seminarzentrum Sälihof, Olten

## **Wer nimmt am Coaching-Mentoring-Event teil?**

Führungspersonen, Coaches, Mentoren/Mentorinnen, Berater/innen und an Führung, Coaching und Mentoring Interessierte

## **Wie läuft die Veranstaltung ab?**

Stellen Sie Ihr persönliches Programm zusammen. Wählen Sie jeweils aus den vier parallel stattfindenden Workshops Ihren bevorzugten aus. Die Pausen nutzen Sie für den Austausch und zum Knüpfen neuer Kontakte.

## **Wie hoch ist die Investition?**

1 Tag: CHF 380.– inkl. Verpflegung  
2 Tage: CHF 710.– inkl. Verpflegung

**CHF 50.-**  
Frühbucherrabatt bis  
Ende Oktober 2024

## **Welche Bestätigung erhalte ich?**

Sie erhalten eine Kursbestätigung und erfüllen somit die eduQua-Weiterbildungspflicht.

## **Anmeldung:**

**[www.coaching-mentoring-event.ch](http://www.coaching-mentoring-event.ch)**



# Impressionen

Lernen, Erfahrungen austauschen, Neues entdecken, Menschen kennenlernen, Kontakte knüpfen, lachen ...



# Workshop-Programm DI 21. Januar 2025

Inhalte und Anmeldung: [www.coaching-mentoring-event.ch](http://www.coaching-mentoring-event.ch)



Zeit	Workshop 1	Workshop 2	Workshop 3	Workshop 4
ab 08.00	<b>Ankommen und Begrüßungskaffee</b>			
08.45 – 09.15	<b>Kabarettistischer Wecker</b>			
09.15 – 10.30	Nicole Borel <sup>A1</sup> <b>Projektionstechniken als Tool für mehr Lebensqualität</b>	Anna Maria Enk <sup>B1</sup> <b>Feedback geben – mehr als eine Ich-Botschaft</b>	Doris Sager <sup>C1</sup> <b>Kooperation im Team mit der Methode der «Konstruktiven Kontroverse»</b>	Sabine Otth <sup>D1</sup> <b>NEU «Das Motivationskontinuum» – Interventionen der Positiven Psychologie zur Stärkung der intrinsischen Motivation</b>
10.30 – 11.00	<b>Pause und Networking</b>			
11.00 – 12.15	Nicole Borel <sup>E1</sup> <b>NEU Die «Glückskurve» und das «Alternativ-Rad» – Impulse zur glücklichen und positiven Gestaltung des Lebens</b>	Anna Maria Enk <sup>F1</sup> <b>NEU Charisma – lernfördernd und lernbar?</b>	Doris Sager <sup>G1</sup> <b>Erfolgreiche Konfliktmoderation mit dem Tool «Them-o-meter»</b>	Sabine Otth <sup>H1</sup> <b>Das «Zeit-Balance-Modell» – eine Hilfestellung zur Stressbewältigung</b>
12.15 – 13.30	<b>Lunch vom Buffet und Networking</b>			
13.30 – 14.45	Nicole Borel <sup>I1</sup> <b>Visualisierung mit der «Collage-technik» – hilfreich für Selbst- und Lehrcoaching</b>	Alessandra Coduri-Scherrer <sup>K1</sup> <b>NEU Werte im Coaching sichtbar machen und neu erleben</b>	Reto Coduri <sup>L1</sup> <b>Sketchnoting im Coaching</b>	Sabine Otth <sup>M1</sup> <b>Wie ich «Flow-Momente» für mich und meine Kunden und Kundinnen generiere</b>
14.45 – 15.15	<b>Pause und Networking</b>			
15.15 – 16.30	Claudia Edelmann <sup>N1</sup> <b>NEU «Purpose-Venn-Diagramm» – ein Tool für deine berufliche Sinnfindung</b>	Alessandra Coduri-Scherrer <sup>O1</sup> <b>Ich wüsste es und tue es doch nicht – Ziele nachhaltig umsetzen</b>	Reto Coduri <sup>P1</sup> <b>NEU Visualisierte Vorlagen im Coaching</b>	Sabine Otth <sup>R1</sup> <b>«Flourishing» – Interventionen aus der Positiven Psychologie zur Stärkung der psychischen Gesundheit</b>
16.30 – 16.45	<b>Abschluss, Verlosung und Geschenk</b>			

# Workshop-Programm MI 22. Januar 2025

Inhalte und Anmeldung: [www.coaching-mentoring-event.ch](http://www.coaching-mentoring-event.ch)



Zeit	Workshop 1	Workshop 2	Workshop 3	Workshop 4
ab 08.00	<b>Ankommen und Begrüssungskaffee</b>			
08.45 – 09.15	<b>Kabarettistischer Wecker</b>			
09.15 – 10.30	Barbara Brunner Cozzolino <b>A<sup>2</sup></b> <b>Schick den «inneren Kritiker» ruhig mal in die Ferien</b>	Anna Maria Enk <b>B<sup>2</sup></b> <b>Neu Schlagfertigkeit ohne Schlag</b>	Doris Sager <b>C<sup>2</sup></b> <b>Neu Erfolgreich zusammenarbeiten und führen mit «Psychologischer Sicherheit» im Team</b>	Barbara Grütter <b>D<sup>2</sup></b> <b>Neu Aus dem Drama ins Gewinn-dreieck – Wege aus dem Rollenkarussell</b>
10.30 – 11.00	<b>Pause und Networking</b>			
11.00 – 12.15	Barbara Brunner Cozzolino <b>E<sup>2</sup></b> <b>Neu Sich biegen können, ohne zu brechen: Das kann man lernen</b>	Anna Maria Enk <b>F<sup>2</sup></b> <b>Neu Zeit managen – mich managen</b>	Doris Sager <b>G<sup>2</sup></b> <b>Die Krux mit dem «fundamentalen Attributionsfehler»</b>	Barbara Grütter <b>H<sup>2</sup></b> <b>Neu Vermeidungshaltung – Mit Hilfe der «Discontabelle» ein Problembewusstsein entwickeln</b>
12.15 – 13.30	<b>Lunch vom Buffet und Networking</b>			
13.30 – 14.45	Vanessa Bigler <b>I<sup>2</sup></b> <b>Selbstvertrauen stärken – Die Kraft des mentalen Trainings</b>	Laura Messina <b>K<sup>2</sup></b> <b>«Positive Affirmationen» für ein neues, stärkendes Selbstbild</b>	Andy Balmer <b>L<sup>2</sup></b> <b>Lösungsfokussierte Gesprächsnavigation mit dem «Dialogic Orientation Quadrant»</b>	Mona Allam <b>M<sup>2</sup></b> <b>Enneagramm – Der Einfluss auf die Coaching-Praxis</b>
14.45 – 15.15	<b>Pause und Networking</b>			
15.15 – 16.30	Vanessa Bigler <b>N<sup>2</sup></b> <b>Coachings visuell unterstützen – Gekonnter Einsatz von Stift und Papier</b>	Laura Messina <b>O<sup>2</sup></b> <b>Wie Geschwister die Persönlichkeit beeinflussen können</b>	Andy Balmer <b>P<sup>2</sup></b> <b>Neu Die Beobachtung im Coaching – Auslöser und Schatzkiste zugleich</b>	Mona Allam <b>R<sup>2</sup></b> <b>«The Work» – Auflösung von belastenden Glaubenssätzen</b>
16.30 – 16.45	<b>Abschluss, Verlosung und Geschenk</b>			

# Weiterbildungen für Coaches und Mentoren/Mentorinnen

**12-tägiger Coaching-Lehrgang**  
[www.coach-werden.ch](http://www.coach-werden.ch)

**Betriebl. Mentor/in FA**  
[www.lernwerkstatt.ch/mentoring](http://www.lernwerkstatt.ch/mentoring)

**Dipl. Business Coach**  
[www.lernwerkstatt.ch/businesscoach](http://www.lernwerkstatt.ch/businesscoach)

**Dipl. Job Coach**  
[www.lernwerkstatt.ch/jobcoach](http://www.lernwerkstatt.ch/jobcoach)

**Kostenloses  
Beratungsgespräch**  
Telefon 062 291 10 10  
[www.lernwerkstatt.ch/beratung](http://www.lernwerkstatt.ch/beratung)

## Coaching-Mentoring-Event

Inspirationen für Führung, Coaching und Mentoring

**Lernwerkstatt Olten GmbH**  
Riggenbachstrasse 8, 4600 Olten  
062 291 10 10  
[info@lernwerkstatt.ch](mailto:info@lernwerkstatt.ch)  
[www.lernwerkstatt.ch](http://www.lernwerkstatt.ch)

**CHF 50.-**  
Frühbucherrabatt bis  
Ende Oktober 2024

[www.coaching-mentoring-event.ch](http://www.coaching-mentoring-event.ch)

