

Personal & Business Coaching

In ihrem neuen Coaching-Büro in Erlenbach unterstützt und begleitet Katharina Kinast, Systemischer Personal und Business Coach, Menschen in jeglicher Art von Change-Prozessen.



Ein Leben in Balance und Zufriedenheit zu führen, wünscht sich jeder. Doch was so einfach klingt, ist für viele eine tägliche Herausforderung. Oft weiss man zwar, was man verändern möchte, doch zu handeln ist die grösste Herausforderung – gerade in Zeiten der Pandemie.

Ob berufliches oder persönliches Anliegen, ob die Veränderung gewollt oder «passiert» ist: Bei «eunoia. coaching matters» wird das Thema ganzheitlich und entsprechend des individuellen Kontext stets lösungsorientiert betrachtet.

Mehr Resilienz, Zuversicht, eine verbesserte Kommunikation, Konfliktlösung, Planung beruflicher Entwicklung oder eine Neuorientierung – die Gründe, die für ein Coaching sprechen, erstrecken sich über alle Lebensbereiche. Während der Corona-Krise gibt es zudem für viele Herausforderungen noch keine bewährten Lösungsmuster oder Bewältigungsstrategien. Das kann uns aus dem Gleichgewicht bringen oder Unsicherheiten und Belastungen nach sich ziehen.

Im Coaching geht es darum, neue Perspektiven einzunehmen und Ressourcen zu aktivieren. «Ich biete kein one-fits-all-Rezept», sagt Katharina Kinast. «Es geht vielmehr darum, dass der Klient die für ihn beste Lösung findet. Diese ist umso nachhaltiger, wenn sie sich in seinen Alltag integrieren lässt. Als Coach ist es mein Ziel, in jeder Sitzung einen positiven Unterschied zu machen.»

eunoia (altgriech.) steht übrigens für einen reinen, ausgeglichenen Geist und schönes Denken. «Da Veränderung zunächst im Kopf beginnt, ist es umso hilfreicher, wenn unser Mindset ein positives ist.»

> eunoia.coaching.matters
Bahnhofstrasse 33b, 8703 Erlenbach
www.eunoia-coaching.com

Partnervermittlung und Matchmaking-Service

The One Matchmaking ist die erste Partnervermittlung mit Sitz in der Region Zürich, die vom Matchmaking Institute New York international akkreditiert ist.

Kelly Brändli,
Gründerin und
CEO von The One
Matchmaking.



Die Erlenbacherin Kelly Brändli, Gründerin und CEO, hat jahrelange Erfahrung als Headhunter, kombiniert mit vertieftem Fachwissen im Bereich Dating und Beziehungen. Mit diesem Erfahrungsschatz ausgerüstet hilft sie Frauen und Männern, «The One» zu finden – den langersehten Lebenspartner zum Verlieben.

«Wir unterstützen unsere Kunden bei der Suche nach dem besonderen Jemand, um eine langfristige Liebesbeziehung aufzubauen», sagt Kelly Brändli. «Wir bieten eine unterhaltsame und stressfreie Möglichkeit, gleichgesinnte und beziehungsorientierte Singles zu treffen. Und dies ohne peinliche Online-Profile zu erstellen oder endloses Swipen und Tippen, das nirgendwohin führt.»

The One Matchmaking hilft Singles innerhalb des Grossraums Zürich und bietet einen sehr persönlichen und diskreten Service an. Zueinander passende Singles werden nach vorgängigen Interviews sorgfältig persönlich ausgewählt. «Wir führen auch Hintergrundprüfungen unserer Mitglieder durch, um sicherzustellen, dass alle, mit denen wir zusammenarbeiten, authentisch sind und eine feste Beziehung suchen. Die Profile werden nicht online hochgeladen, da die Sicherheit und der Schutz der Privatsphäre unserer Kunden sehr wichtig sind.»

Zusätzliche Dienstleistungen wie Dating-Coaching, Porträtfotografie und Personal Styling werden denjenigen Kunden angeboten, die alles dazu beitragen möchten, den perfekten Partner zu finden. Mit diesem «Full Service» bietet The One Matchmaking seinen Kunden die allerbeste Chance, die wahre Liebe zu finden.

> [The One Matchmaking](http://TheOneMatchmaking)
041 377 53 77,
members@theone-matchmaking.ch,
www.theone-matchmaking.ch.



Meditationspraxis sowie Einzel- & Familiencoaching

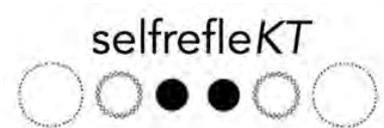
«Selfreflekt» – eine neue Praxis in Erlenbach für mehr Selbstvertrauen, konstruktive Beziehungen und wertvolle Potentialentfaltung.



Katrin Tjaden, selbstständiger Coach, Achtsamkeitstrainerin und Familienberaterin, lässt sich in Erlenbach an der Rietstrasse 43 nieder. Sie arbeitet schon lange Jahre mit Eltern, Fachpersonal, Lehrern und

Familien. Sie begleitet ihre Klienten durch Krisen jeder Art, ihr Ansatz ist dabei immer der gleiche: wertschätzend, lösungsorientiert und genau angepasst auf die Bedürfnisse eines jeden oder der Familie. Ihre zertifizierte Ausbildung zum Systemischen Coach, stete Weiterbildung sowie lange Jahre an Erfahrung mit Familienarbeit und als Mutter von drei Kindern machen sie heute regelrecht zu einer Expertin. Des Weiteren lehrt sie ein Programm an Schulen, das Konfliktbewältigung und Gemeinschaftssinn fördern soll. Sie ist nach wie vor aktiv in der Ausbildung und Supervision von Familylab-Trainern nach Jesper Juul in Frankreich.

Katrin Tjaden möchte vor allem dafür sensibilisieren, wie wichtig es ist, sich qualitativ wertvoll in eine Beziehung einzubringen, wie Vertrauen und Eigenständigkeit nachhaltig gefördert werden können, und sie möchte – ganz besonders – Interessierten helfen, diese Qualitäten und Werte auch für sich selber zu entwickeln. Denn sie hat es immer wieder erlebt, was einfach klingt, ist es nicht und braucht Begleitung und Übung.



> Selfreflekt, Rietstrasse 43, Erlenbach.
Mehr Infos unter: www.selfreflekt.com