

DITTOBÉE

COACHING & BERATUNG



COMEBACK MOM!

COACHING-PROGRAMM FÜR DEN
BERUFLICHEN WIEDEREINSTIEG
NACH DER ELTERNZEIT

MEHR KLARHEIT FÜR IHR BERUFLICHES COMEBACK

Unser Alltag als Mutter ist nicht immer ganz einfach. Auch ich kenne schlaflose Nächte, Ängste und Sorgen. Vor allem zum Ende der Elternzeit dreht sich das Gedankenkarussell immer schneller: Wann ist der richtige Zeitpunkt zum Wiedereinstieg in den Job? Gibt es meinen alten Job noch? Möchte ich überhaupt da weitermachen, wo ich aufgehört habe? Welche neuen Perspektiven gibt es für mich?

Mit meinen Coaching-Paketen haben Sie die Möglichkeit:

- Ihre Wünsche und Träume darzustellen
- Ihre berufliche Zukunft zu planen
- Ihre Stärken herauszuarbeiten
- Ihre privaten und beruflichen Herausforderungen zu meistern
- Ihr Leben zu genießen

Ich freue mich auf Sie.



Nicole Dittombée
Geprüfter Business Coach und Beraterin

PAKET 1

COMEBACK MOM! FITNESSCHECK



FÜR ALLE FRAUEN, DIE MEHR KLARHEIT HABEN MÖCHTEN, OB SIE FIT FÜR IHR BERUFLICHES COMEBACK SIND.

In diesem Paket ist enthalten:

1. Erstgespräch am Telefon. Gerne auch als Walk mit Kinderwagen im Park.
2. Coaching-Termin zum Thema: **Standortbestimmung**
 - Was möchte ich im Leben?
 - Was brauche ich?
 - Bin ich fit für ein Comeback?
3. Coaching-Termin zum Thema: **Umbruch als Chance**
 - Berufliche Perspektiven entwickeln
 - Entscheidungsfindung alter oder neuer Job?
4. Persönliche Betreuung per E-Mail/WhatsApp



690 EUR

inkl. MwSt / Raum
Arbeitsmaterialien

PAKET 2

COMEBACK MOM! GELASSEN JONGLIEREN



INKL.

**WELLNESS
GUTSCHEIN**

YOGA / PILATES
ODER MASSAGE

FÜR ALLE FRAUEN, DIE SICH ENTSCHIEDEN HABEN, ZURÜCK IN DEN JOB ZU GEHEN UND WISSEN WOLLEN WIE DAS GELASSEN GEMEISTERT WERDEN KANN.

In diesem Paket ist enthalten:

1. Erstgespräch am Telefon. Gerne auch als Walk mit Kinderwagen im Park.
2. Coaching-Termin zum Thema: **Standortbestimmung**
 - Was möchte und brauche ich im Leben?
 - Bin ich fit für ein Comeback?
3. Coaching-Termin zum Thema: **Stärken stärken**
 - Was sind meine Stärken und wie kann ich sie gezielt einsetzen?
 - Selbstbewusstsein stärken
4. Coaching-Termin zum Thema: **Work-Life-Balance**
 - Prioritäten richtig setzen
 - Aufgaben delegieren – Hilfe annehmen
 - Familie auf geänderte Situation vorbereiten
5. Coaching-Termin zum Thema: **Stressmanagement**
 - Zeit- und Selbstmanagement
 - Stressabbau und Stressbewältigung
 - Zeitfresser identifizieren
 - Entspannungsübungen
6. Persönliche Betreuung per E-Mail/WhatsApp



1.490 EUR

inkl. MwSt / Raum
Arbeitsmaterialien
Wellnessgutschein

PAKET 3

COMEBACK MOM! RAN AN DEN JOB

INKL. 1 SATZ
BEWERBUNGS
FOTOS



FÜR ALLE FRAUEN, DIE SICH BEWERBEN WOLLEN UND DABEI GESTÄRKT UND PROFESSIONELL AUFTRETEN MÖCHTEN.

In diesem Paket ist enthalten:

1. Erstgespräch telefonisch. Gerne auch als Walk mit Kinderwagen im Park.
2. Coaching-Termin zum Thema: **Kompetenzprofil**
 - Wo liegen meine Stärken?
 - Welches Unternehmen passt zu mir?
3. Check Ihrer **Social-Media Profile**
4. Die erfolgreiche **schriftliche Bewerbung**
 - Sichtung Ihrer Bewerbungsunterlagen
5. Coaching-Termin zum Thema: **Vorstellungsgespräch**
 - Vorstellungsgespräche vorbereiten und üben
 - Wirkung von Stimme und Sprache
6. Persönliche Betreuung per E-Mail/WhatsApp



890 EUR

inkl. MwSt / Raum
Arbeitsmaterialien
Bewerbungsfotos

WORKSHOP

COMEBACK MOM! RAN AN DAS SCHÖNE LEBEN



FÜR ALLE FRAUEN, DIE HERAUSFINDEN MÖCHTEN WELCHER WEG FÜR SIE DER RICHTIGE IST.

In diesem 4 stündigen Workshop bekommen Sie
Antworten auf die Fragen:

- Wo stehe ich gerade im Leben und wo möchte ich hin?
- Was sind meine Wünsche und Träume?
- Wie kann ich mein Leben mit Spaß und Freude leben?
- Wie kann ich meine erarbeiteten Lösungsstrategien in den Alltag umsetzen?

Die aktuellen Termine finden Sie auf der Website:
www.dittombee-impulse.de

 **79** EUR
inkl. MwSt
Arbeitsmaterialien
Getränke und Snacks



1, 2 ODER 3... ODER DOCH LIEBER DEN WORKSHOP?

Auf Wunsch entwickle ich auch ein individuelles Paket für Sie. Nach Ihrem erfolgreichen Wiedereinstieg in den Job bin ich selbstverständlich weiterhin als Business Coach und Beraterin für Sie da.

Vereinbaren Sie jetzt unter **0221 – 9886 7533** ein kostenloses Erstgespräch mit mir und entscheiden Sie dann, ob Sie mit mir Ihre Zukunft gestalten möchten.

Weitere Informationen zu meiner Person unter:

www.dittombee-impulse.de



DAS SAGEN MEINE KUNDINNEN.

// Durch die professionelle Hilfe und Analyse von Nicole konnte ich mir innerhalb sehr kurzer Zeit Klarheit verschaffen, wie es für mich, mit einem Gefühl der inneren Ruhe, erfolgreich weitergehen kann. Ein Jahr später kann ich sagen: Ich habe mit Ihrer Hilfe alle meine Ziele erreicht.

Isabel Herrmann, Ärztin

// Mit Nicoles strukturierter, freundlicher und zugewandter Begleitung habe ich meine „Bauchgefühle“ ergründet, Dinge aus verschiedenen Perspektiven betrachtet und Wichtiges von Unwichtigem getrennt, um die Grundlage für meine Entscheidungen zu erarbeiten.

Jana H., Unternehmerin



DITTOBÉE

COACHING & BERATUNG

Feldhamsterstraße 22 | 50999 Köln

Telefon: 0221 – 9886 7533

info@dittombee-impulse.de

www.dittombee-impulse.de