



ECA jour fixe am Mittwoch, 21. September 2011 um 18 Uhr

**„Langes Leben leben lernen – Kernelemente lebendiger Lebensgestaltung“
Impulsvortrag von Prof. Dr. med. habil. Elisabeth Gödde**

Noch nie war die Lebenserwartung so hoch
Noch nie waren Menschen so gesund
Noch nie hatten Menschen so vielfältige Lebensperspektiven
Noch nie hatten so viele Menschen so viele Informationsmöglichkeiten

Noch nie war die Normalität unseres Lebens so facettenreich und unübersichtlich ...

Für den Einzelnen die individuell bekömmlichsten Lebensbedingungen zu schaffen, eine Work-Life-Balance zu entwickeln, die wirklich zufrieden stellt, ist nicht nur eine Frage der richtigen Planung und Nutzung der besten Möglichkeiten – es ist auch das Erkennen der individuellen Voraussetzungen und der Respekt vor den eigenen Grenzen. Nicht alles, was normal ist, passt auch zur eigenen Natur.

Prof. Dr. med. habil. Elisabeth Gödde ist als Fachärztin für Humangenetik und Psychotherapeutin Fachfrau für die Entwicklung individueller Lebenskonzepte und die Bewältigung von Lebenskrisen. Rechtzeitig nicht nur eigene Möglichkeiten zu erkennen und zu nutzen, sondern auch Grenzen wahrnehmen und respektieren kann Burnout und Krisen vorbeugen.



Seit 1992 gehört Frau **Prof. Dr. med. habil. Gödde** zur Fakultät für Gesundheit der Universität Witten/Herdecke. Ihre Berufs- und Lebenserfahrung sammelte sie an der Universität Kiel, während Forschungsaufenthalten am Karolinska-Institut in Stockholm und der University of Chicago, medizinisch-wissenschaftlicher Tätigkeit in der Pharmazeutischen Industrie, Lehr- und Vortragstätigkeit im Rahmen wissenschaftlicher und weiterbildender Veranstaltungen, freiberuflicher Tätigkeit in humangenetischer und psychotherapeutischer Praxis und nicht zuletzt im ganz gewöhnlichen Alltag. www.individuelle-lebenskonzepte.de

Veranstaltungsort: ECA Office, Stindertalweg 30, 40699 Erkrath

Unser Platzangebot ist begrenzt, deshalb bitten wir um Anmeldung unter presse@european-coaching-association.com. Im Anschluß an den Vortrag laden wir zur Diskussion und zu kollegialem Austausch. Für Getränke und Snacks bitten wir um einen Unkostenbeitrag von € 15, Mitglieder zahlen 10€. Wir freuen uns auf Sie!

So finden Sie uns: über die A3, Ausfahrt Mettmann/Hubbelrath, über die A46, Ausfahrt Düsseldorf-Unterbach/Erkrath, S-Bahn: S 28 Erkrath-Nord, dann ca. 10 Min Fussweg
Parkplätze finden Sie ausreichend auf dem Stindertalweg.

**European Coaching Association • Tel. 0211 323106 • Fax 0211 328732
www.european-coaching-association.com**