

Machen
Sie sich
auf
den Weg!

Ihr Weg zu uns:



Ihr Weg
zu mehr
Lebensqualität!

pegasos life c/o bildungsinsel Gießen
Bahnhofstr. 82-86, 35390 Gießen
Tel.: 06441 679099-60
E-Mail: pegasos@bildungsinsel.de
Eingang rechts neben der Hauptpost
Bahnhof und Bushaltestellen in unmittelbarer Nähe



PEGASOS LIFE

**Lebensqualität
individuell fördern
und entwickeln**

Projektlaufzeit:

Mindestens 9 Monate

Präsenzzeiten:

mindestens 3 Termine pro Woche

Coaching-Termine:

wöchentlich nach Absprache
mit Ihrem Bildungsinsel-Coach
persönliche Begleitung zu Terminen

Notizen:

P ersönlichkeit
E ntspannung
G esundheit
A ktivitäten
S elbsterfahrung
O rientierung
S elbstbestimmung

In Zusammenarbeit
mit dem

jobcenter

Mehr Lebensqualität mit PEGASOS LIFE

Für Sie und mit Ihnen!

Unser Ziel ist, dass Sie in einer vertrauensvollen Atmosphäre gemeinsam mit anderen in vielfältiger Weise Ihr **Wohlbefinden stärken**.

Freundliche und lösungsorientierte Coaches begleiten und unterstützen Sie bei Problemen, Nöten, Schicksalsschlägen sowie bei familiären und gesundheitlichen Schwierigkeiten, um mit Ihnen Lösungen zu erarbeiten oder Hilfe von außen zu organisieren.

Gewinnen Sie mit PEGASOS LIFE **Selbstsicherheit und Lebensfreude** zurück.

Wir freuen uns auf Sie!

Was PEGASOS LIFE außer Coaching bietet:

- ✓ **Gesundheitsbausteine nach Wahl** – zum Beispiel:
 - Kochen gesund + günstig
 - Abnehmen mit Genuss
 - Anti-Stress-Training
 - Entspannungskurse (Yoga...)
 - Bewegungsbausteine aller Art
 - Was tun bei Suchtproblemen
 - Selbsthilfegruppen

- ✓ **Wahlangebote, Workshops und Arbeitsgruppen** – zum Beispiel:
 - Kommunikationstraining
 - Hilfe, das Geld reicht nicht
 - EDV und Bewerbungstraining
 - Erlebnisexkursionen
 - Kreatives Gestalten
 - Sprechtraining / Deutsch

Wir unterstützen fachlich - menschlich - sozial.

ZAUG gGmbH und Bildungsinsel GmbH sind gemeinnützige Bildungsträger, die Sie persönlich unterstützen.



ist ein Gemeinschaftsprojekt von ZAUG und Bildungsinsel in Zusammenarbeit mit dem

jobcenter



Einfach
mehr Lebensfreude