



Last-Minute-E-Book-Tipp: So entkommen Sie im Osterurlaub dem Terror der Alltagsgedanken

Das E-Book "Unvergesslich(e) Reisen" ist die perfekte Notfalllösung für alle, die Nichtstun nicht entspannt

Hektisch zum Flughafen, dann am Urlaubsort in den Liegestuhl einchecken, Füße hochlegen - ein Nickerchen halten - und zack! geht es los: Das miese Gedankenkarussell im Kopf. "Bei XY-Projekt hätte ich dem Kollegen besser noch gesagt..." "Ob Frau Soundso wirklich dran denkt..." Vorher hatte es sich so gut angehört, im Osterurlaub MAL SO RICHTIG die Füße hochlegen, wirklich gar nix machen...und jetzt das.

Erholsam ist anders, oder? Wie geht man am besten damit um, wenn man plötzlich merkt, dass das Nichtstun einem gar nicht gut tut?

Bevor Sie nun sich und Ihre Reisebegleitung wahnsinnig machen haben wir 4 Tipps für Sie:

Tipp 1: Ruhe bewahren. Sehen Sie sich um. Sie sind nicht die oder der Einzige, den die Ruhe unruhig macht, wetten!? Es gibt nur sonst keiner gerne zu. In Wahrheit fällt das zu plötzliche Nichtstun vielen leistungsfähigen und kreativen Menschen im Urlaub schwer. Erholsamer als Nichtstun in diesem Fall: Etwas ANDERES tun. Etwas KREATIVES tun.

Tipp 2: Nachdem Sie für sich akzeptiert haben, dass es in Ordnung ist, das Nichtstun nicht zu mögen, tun Sie was dagegen. Besorgen Sie sich zum Beispiel ein E-Book wie den kreativen Baukasten der amerikanischen Kreativ- und Life-Coach Cynthia Morris (Buchlink s. Informationskasten unten). "Unvergesslich(e) Reisen: Einmalige Erinnerungen - und wie Du sie mit nach Hause nimmst. Der kreative Baukasten für Reisende und Entdecker" enthält 26 Anregungen, wie man den Urlaub zur kreativen Erholungszeit macht - ganz egal, ob man den Cluburlaub gebucht hat oder sowieso individuell als Backpacker unterwegs ist.

Damit entkommen Sie dem Terror Ihrer Alltagsgedanken und können Ihre freien Tage endlich entspannt genießen.

Tipp 3: Merken Sie, wie Sie Ihre frei verfügbare Zeit endlich genießen können. Atmen Sie tief durch.

Tipp 4: Ihre Reisebegleitung ist nicht entspannt? Sagen Sie ihm/ihr, Sie hätten da einen kleinen Tipp... Die kreativen Übungen machen bei Erkundungsabenteuern, abends bei einem Glas Wein oder Bier oder einer Pause im Schatten gemeinsam erst recht Spaß!

Das Beste daran: Selbst wenn Sie nicht dafür geplant hatten, alles was Sie brauchen, um jetzt mit Ihrem persönlichen Kreativ-Workshop im Urlaub loszulegen bekommen Sie entweder online (das E-Book) und bei jedem normalen Kiosk - Papier, Notizblock (ein paar bunte Stifte, Zeitschriften Ihres Urlaubsorts - all das können Sie dafür verwenden). Perfekt also auch als Notfall-Maßnahme!

"Wer Entspannung darin findet, seinen Urlaubsort mit eigenen Augen zu sehen und alles mit eigenen Händen festzuhalten, für den ist 'Unvergesslich(e) Reisen' genau richtig. Es kommt nicht darauf an, 'sowieso kreativ' zu sein", sagt Kristin Reinbach Herausgeberin diese erstmaligen deutschen Ausgabe. "Auch jemand, der sich bisher nicht für kreativ gehalten hat, kann mit Cynthias Tipps ganz tolle eigene Reisesouvenirs erstellen. Wir haben sogar schon von Lesern gehört, die durch das Ausprobieren der Tipps erst festgestellt haben, wie sehr ihnen das das kreative Gestalten eigentlich Spaß macht. Und dann kommen Sie aus dem Urlaub wirklich als ganz neuer Mensch zurück!"

Hier die Informationen zu diesem Last-Minute-E-Book-Tipp für den Osterurlaub:

Das E-Book *Unvergesslich(e) Reisen: Einmalige Erinnerungen - und wie Du sie mit nach Hause nimmst. Myself.*, dem Online-Shop für handverlesene Selbst-Coaching-Tools. gibt es für 7,99 EUR bei "Coach:

Journalisten können ihr persönliches Rezensionsexemplar gern unter der Email-Adresse reinbach@krysalis.de bei Kristin Reinbach anfordern.

Pressekontakt

Coach:Myself. (ein Angebot von krysalis publishing K.Reinbach)

Frau Kristin Reinbach
Prinz-Karl-Str. 47
82319 Starnberg

coach-myself-tools.de/
reinbach@krysalis.de

Firmenkontakt

Coach:Myself. (ein Angebot von krysalis publishing K.Reinbach)

Frau Kristin Reinbach
Prinz-Karl-Str. 47
82319 Starnberg

coach-myself-tools.de/
reinbach@krysalis.de

Coach:Myself. Handverlesene Selbst-Coaching-Tools für ein fabelhaftes Leben. Wir entwickeln und verkaufen Selbst-Coaching-Tools, mit denen man besser arbeiten, kreativer und glücklicher leben kann. Grundlegende Methoden handfest und lebens-erprobt für Sie aufbereitet. Ein kostengünstiger Ersatz oder Ergänzung zu Coaching, Workshops, Seminaren.

Denn Ihr bester Coach sind Sie.

Anlage: Bild

