
ANGEBOT

NEUANFANG NACH 60

Fünf Wochen für Klarheit, Mut und deinen ersten Schritt.

FÜR DICH, WENN ...

- du spürst, dass da noch etwas kommen will – ein neuer Anfang, ein neues Kapitel, aber du weiß nicht, wo du anfangen sollst.
- du dich nach einer Krise, einem Umbruch oder einfach nach Jahren des Funktionierens fragst: „Was will ich eigentlich noch mit meinem Leben anfangen?“
- du dich innerlich nach vorne sehnst, aber etwas dich zurückhält – Zweifel, Angst vor dem Scheitern, die Stimme, die sagt „Bin ich dafür nicht zu alt?“
- du genug hast von der inneren Leere und wieder Sinn, Mut und Lebensfreude spüren willst – aber eben nicht allein.

Du bist nicht zu alt. Du bist nicht zu spät dran.

Da geht noch was, weißt du.

WAS DIESES ANGEBOT IST

Eine Intensiv-Begleitung - 5 Termine über 5 Wochen – persönlich, konzentriert, auf dich zugeschnitten. Kein Kurs von der Stange, kein Standardprogramm.

Wir nehmen uns die Zeit, die dein Thema braucht, um es wirklich zu klären: dein aktuelles Problem, deine Blockade, dein Wunsch nach einem Neuanfang.

Du erzählst mir deine Geschichte. Ich höre zu, bringe auf den Punkt, wo es hakt – und wo es weitergehen kann. Gemeinsam finden wir den ersten, machbaren Schritt, den du wirklich gehen kannst.

Dr. Martina Riedel

Mentorin · Anschubserin · Krisenbegleiterin

Das Ergebnis für dich

- Klarheit darüber, was dich wirklich zurückhält – und was du davon loslassen kannst.
- Zugang zu deiner eigenen Stärke, die die letzten Jahre vielleicht überdeckt war.
- Mehr Vertrauen in dich selbst und in den Weg, der vor dir liegt.
- Einen konkreten, machbaren Fahrplan für deinen ersten Schritt in den Neuanfang.
- Den Mut, diesen Schritt tatsächlich zu gehen – nicht irgendwann, sondern jetzt.

SO LÄUFT ES AB

Ankommen & Klartext

Du erzählst deine Geschichte. Wir schauen gemeinsam auf deine aktuelle Situation: Was ist der Ist-Zustand, wo genau sitzt die Blockade, was hält dich fest? Ich bringe es auf den Punkt – kurz und knackig.

Muster erkennen

Wir gehen tiefer: Welche alten Muster, Ängste und Glaubenssätze stehen dir im Weg? Woher kommt der Zweifel „Kann ich das noch?“ – und was ist da wirklich dran?

Stärke finden

Wir holen deine Ressourcen und Erfahrungen ans Licht, die dich schon durch frühere Krisen getragen haben. Du entdeckst: Die Kraft war nie weg, sie war nur verdeckt.

Mut & Vertrauen aufbauen

Wir arbeiten konkret daran, dein Vertrauen in dich selbst zu stärken – Schritt für Schritt, nicht mit einem großen Sprung ins kalte Wasser.

Dein Fahrplan

Du gehst mit einem klaren, machbaren Plan für deine nächsten Schritte nach Hause – und mit der inneren Entscheidung, ihn auch zu gehen.

WARUM MIT MIR

Ich bin Dr. Martina Riedel – 22 Jahre lang habe ich eine eigene kieferorthopädische Praxis geführt, bevor ich selbst den Mut gefunden habe, noch einmal neu anzufangen. Ich kenne die innere Leere, die Selbstzweifel, das Gefühl „Bin ich zu alt dafür?“ aus eigener Erfahrung – ich habe selbst Krisen durchlebt, darunter zwei Krebserkrankungen, und weiß, wie man da wieder herauskommt. Was ich dir mitgebe, kommt nicht nur aus der Theorie, sondern aus meinem eigenen Weg.

DEINE INVESTITION

995 € für die gesamte Begleitung über 5 Wochen

ORGANISATION 5 Online-Termine per Zoom · ca. 2 Stunden · über 5 Wochen
Impulse und Arbeitsblätter für deine Übungen
WhatsApp-Begleitung für dringende Fragen zwischen den Terminen

Lass uns in einem kurzen, kostenlosen Vorgespräch klären, ob dieses Format das Richtige für dich ist.

Dr. Martina Riedel

post@dr-martina-riedel.de · dr-martina-riedel.de · Mobil +49 174 4600640
Instagram · Facebook · Youtube · LinkedIn