



ReConnected

 Trigon

ReConnected

## Das Online-Transformations-Programm

„Transformation beginnt dort, wo wir den Mut finden,  
uns selbst ehrlich zu begegnen.“



**Dr. MMag. Simone Kainz**

simone.kainz@trigon.at oder  
office@drsimonekainz.com

Trigon Entwicklungsberatung  
Marktwirksame Unternehmensentwicklung  
Ges.m.b.H.  
9020 Klagenfurt, Austria, Radetzkystraße 2  
T: +43 (463) 51 66 76, F: +43 (463) 51 66 76  
17 [www.trigon.at](http://www.trigon.at)

## DAS RECONNECTED PROGRAMM

ReConnected ist ein 12-wöchiges Online-Coaching-Programm für Deine persönliche Veränderung! Eine einzigartige Kombination aus Persönlichkeitspsychologie, Meditations- und Visionsarbeit unterstützt Dich darin, Deine zweite Lebenshälfte bewusst und von innen heraus neu zu gestalten.

### Für wen ist dieses Programm?

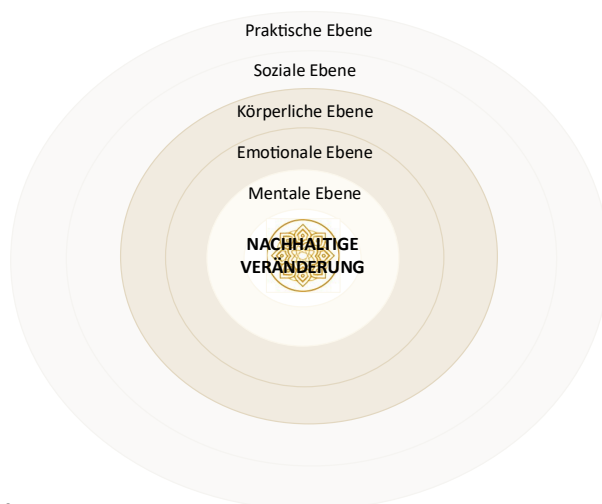
Für Frauen in ihrer Lebensmitte (35+), die ihre innere Leere/Unzufriedenheit füllen, und sich neu ausrichten möchten.

### Wie wir in diesem Programm arbeiten?

- ✓ Wir arbeiten gemeinsam und in der Gruppe statt alleine
- ✓ 12 Wochen lang an Deiner Veränderung, indem wir
- ✓ Deine persönliche Ausgangslage betrachten
- ✓ alte Muster aufbrechen und lösen
- ✓ Klarheit, Ruhe und tiefe Verbundenheit in Dein Leben bringen
- ✓ eine kraftvolle Zukunftsvision erarbeiten
- ✓ die Umsetzung in konkrete Schritte herunterbrechen und damit
- ✓ Dein Lebensskript für die zweite Hälfte Deines Lebens neu schreiben
- ✓ kraftvoll und von innen heraus.



## DAS 5-EBENEN-MODELL FÜR NACHHALTIGE VERÄNDERUNG



© Dr. Simone Kainz

Um eine nachhaltige Veränderung zu erzielen braucht es die Arbeit auf verschiedenen Ebenen. Daher basiert das Programm bezüglich Inhalt, verwendeter Tools und Aufbau auf dem 5-Ebenen-Modell nachhaltiger Veränderung. Demnach braucht es intrapersonal neben der rein mentalen Entscheidungsebene auch die Berücksichtigung der emotionalen und körperlichen Ebenen. Im System braucht es zudem den Blick auf die soziale Ebenen (z. B. Akzeptanz) und die Umsetzung auf der praktischen Ebene.



## DIE INHALTE UND DER ABLAUF



### 2 Persönliche 1:1 Coachings (à 1 Stunde)

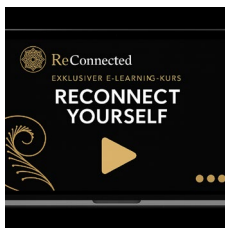
Individuelle Begleitung für Deine spezifischen Herausforderungen – maßgeschneidert auf Deine Situation. Gemeinsam verändern wir alte Denk- und Verhaltensmuster und setzen konkrete Ziele für die Erreichung der eigenen Vision auf.

### 5 Live-Online-Workshops (à 2 Stunden)

Vertiefende Auseinandersetzung mit ausgewählten Themen in den einzelnen Transformationsphasen, in Form von Übungen, Impulsen und bereichernden Austausch mit den anderen Teilnehmerinnen – für eine erfolgreiche Transformation.



### LIVE-DEEP-DIVE SESSIONS

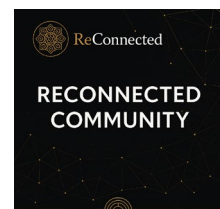


### E-Learning Plattform (20+ Stunden Content)

Spezifische Impulse, wissenschaftliche Erkenntnisse, konkrete Übungen und Tests und das alles abgestimmt und strukturiert für die Umsetzung Deiner kraftvollen Zukunftsvision – wissenschaftlich fundiert und praxiserprobt. Für orts- und zeitunabhängige Entwicklungsarbeit.

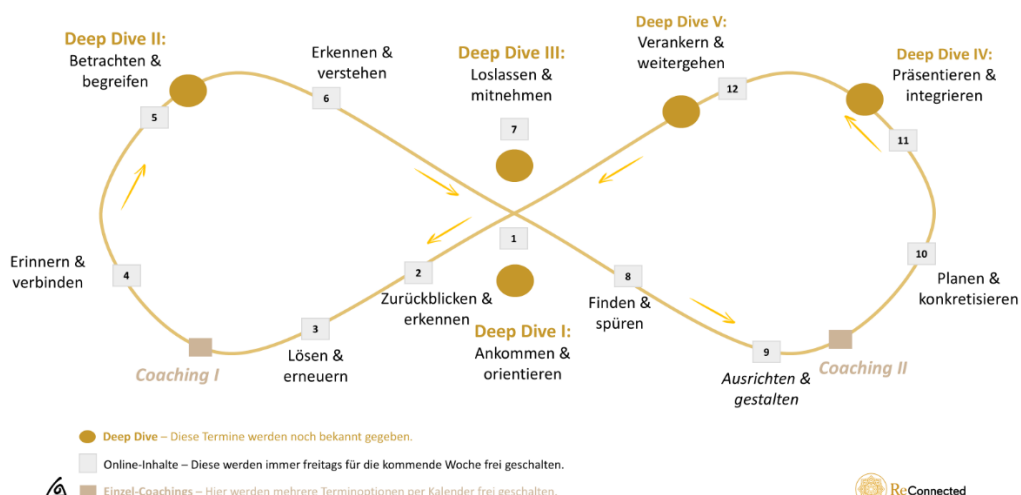
### Austausch & Vernetzung mit anderen erfolgreichen Frauen

Verbinde Dich mit gleichgesinnten Frauen, die denselben Transformationsprozess durchlaufen. Werde Teil eines unbezahlbaren Netzwerkes für Deine Zukunft!



### Der Programmablauf im Überblick

#### DAS RECONNECTED-PROGRAMM



## Die Kosten und Teilnahmevoraussetzungen

Wenn Du den Weg gemeinsam mit mir gehen möchtest, beträgt Deine Investition in Dich/Deine Zukunft mit diesem Programm: € 2.640,-- (€ 2.200- zzgl. 20 % Ust).

### Bitte noch beachten:

- ✓ Ich möchte für jede Teilnehmerin individuell da sein, um eine qualitativ hochwertige Begleitung und tolle Ergebnisse zu erzielen.
- ✓ Die Gruppe ist generell auf maximal 15 Teilnehmerinnen beschränkt. Ggfs. wird die Gruppengröße auch noch weiter verringert, da auch der Fit in der Gruppe wichtig ist.
- ✓ Daher ist es mir wichtig, alle Teilnehmerinnen vorab kennen zu lernen, um ein Gefühl für die Personen und die Gruppe zu bekommen.
- ✓ Vorgespräche und Anmeldung:

Vorgespräche: 20 Minuten Slots an ausgewählten Tagen

Programmstart: Der nächste Durchgang startet am 17. April 2026

Ich freue mich darauf, Dich persönlich kennen zu lernen,

Herzliche Grüße,



## ÜBER DR. MMAG. SIMONE KAINZ



Geboren 1982 in Wolfsberg, Österreich.

Unternehmensberaterin, Trainerin, zertifizierte Coachin, Hochschullektorin. Studium und Doktoratsstudium der angewandten Betriebswirtschaftslehre und Zweitstudium Wirtschaft & Recht in Klagenfurt am Wörthersee und Lille (FR). Mehrjährige Erfahrung in der Wirtschaft im In- und Ausland. Erfahrungen als Führungskraft. Seit 2009 als Universitätslektorin und Unternehmensberaterin tätig. 2013 Gründung des eigenen Beratungsunternehmens. Seit 2018 Senior Beraterin bei Trigon Entwicklungsberatung, seit 2023 Trigon-Gesellschafterin.

Beratungsschwerpunkte: Organisations- und Strategieentwicklung, Führungskräfte- und Teamentwicklung, unternehmensübergreifende Entwicklungsprogramme und Coaching.

Kontakt: [simone.kainz@trigon.at](mailto:simone.kainz@trigon.at) Tel: +43 (676) 89 80 72 98