

Personalien

Caroline Grüter
Baumgarten 6
6415 Arth



076 733 07 71



caroline.grueter@mentalmobil.com



www.mentalmobil.com



Angebot

- Mentaltraining und Coaching
 - **wingwave** Coaching
 - Spezialgebiete: Ressourcencoaching, Entspannung, Selbstreflexion, Wahrnehmung & Kommunikation
-

Beruflicher Werdegang

- Seit 2015 nebenberuflich selbständig als Mentalcoach
- Seit 2012 Mitarbeitende der SHL Schweizerischen Hotelfachschule Luzern
- 13 Jahre Berufs- und Führungserfahrung in der Hotellerie/Gastronomie sowie Marketing & Sales
- 1999 Quereinstieg in die Hotellerie/Gastronomie
- 4 Jahre Verkaufserfahrung in derselben Branche
- Ausbildung im Detailhandel, Uhren & Bijouterie (EFZ 1995)

Aus- und Weiterbildungen

- Regelmässige Weiterbildungen im Bereich Persönlichkeitsentwicklung
- Zert. **wingwave** Coach, IPC Akademie Zürich
- NLP-Practitioner IANLP (Mod. 1), NLP Akademie Schweiz
- Dipl. Mentaltrainer SPA, Rapperswil
- Ernährungslehre 1, SPA Rapperswil
- Dipl. Eventmanager, KV Luzern
- Diverse kaufmännische Weiterbildungen
- Eurolingua College, London (heute Eurolingua Institute SA)
- Ausbildung im Detailhandel, Uhren Bijouterie
- Welschlandjahr Ecoles Didac, Genf

Ich bin...

...selbstmotiviert und reflektiert. Mein Tag beginnt mit einer guten Tasse Kaffee. Die Zeit vergesse ich bei guten Gesprächen, beim Kochen oder im Garten. Ich schätze Transparenz genauso wie Authentizität und Ehrlichkeit. Meinen Kunden begegne ich mit Respekt, Achtsamkeit und Empathie.

Mein Lieblingszitat

«Humor ist, wenn man trotzdem lacht.»
Otto Julis Bierbaum