

NATURPARK
ZIRBITZKOGEL-GREBENZEN

KOMPETENZREGION FÜR
STRESS-, BURNOUTPRÄVENTION
& SEELISCHE GESUNDHEIT

SYM
PO
SI
UM

SANKT
LAMBRECHT
2013

Jetzt
Zusatz-
Package
buchen

SEMINAR

REIFE LEISTUNG FÜR MANN & FRAU

**VERÄNDERUNG ALS
HERAUSFORDERUNG**

18.–19. OKTOBER 2013

Direkt im Anschluss zum Symposium
St. Lambrecht 2013, „Erfolgsfaktor Prävention“

Stift St. Lambrecht, Austria Trendhotel Lambrechterhof

**„WER NICHT JEDEN TAG ETWAS FÜR SEINE
GESUNDHEIT AUFBRINGT, MUSS EINES TAGES
SEHR VIEL ZEIT FÜR DIE KRANKHEIT OPFERN.“**

Sebastian Kneipp



**BUSINESS
DOCTORS**

REIFE LEISTUNG FÜR MANN & FRAU

VERÄNDERUNG ALS HERAUSFORDERUNG

Das Leben verändert uns. Meistern Sie alle Lebensphasen und deren Anforderungen. Finden Sie Antworten auf Ihre Fragen, Tipps und Tricks für den privaten und beruflichen Alltag.



REFERENTEN

- Mag.a Dr. Irene Leonhard
- Dr. Viktor Weinrauch
- Dipl. Ing. Dominik Berger

PREIS: 450.-

inkl. Halbpension im
4 Sterne Austria Trend
Hotel Lambrechtherhof

1 TAG

15:00 Uhr–19:00 Uhr

Aus dem Inhalt: Lebensphasen und ihre Veränderungen. Mit welchen Veränderungen müssen wir rechnen? Körperlich, beruflich, familiär, partnerschaftlich. Wie geht man am besten damit um?

„Reife Leistung“ als Herausforderung Physiologische und mentale Voraussetzungen. Setzen sie gezielte Massnahmen für sich und ihre Umgebung.

2 TAG

7:00–7:45 Uhr

Aktives Erwachen mit Wahrnehmungs- und wohltuenden Körperübungen – für die, die schon so früh aufstehen wollen.

8:00 –9:00 Uhr

Frühstück

9:00 Uhr–12:00 Uhr

WIE AKTIVIERT MAN DIE EMOTIONALE INTELLIGENZ VON GRUPPEN?

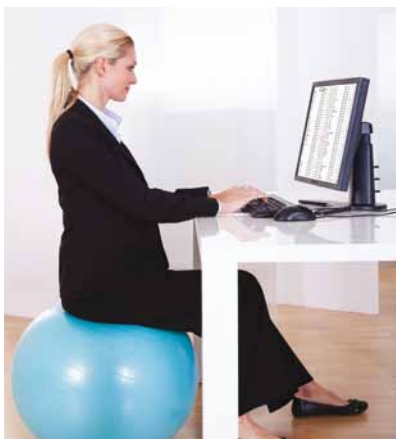
Gesunde Wertschöpfung in gesunden Gruppen. Unser Wirtschaften hat sich weit von einer menschlichen Natürlichkeit entfernt. Konkurrenzdruck und immer mehr in kürzerer Zeit leisten zu müssen, stößt an die Grenzen. Wandel ist erforderlich! Teilweise sogar „Not“-„wendig“.

Wie kann man als Mensch und als Unternehmen das Spannungsfeld von erforderlicher Wertschöpfung und Sehnsucht nach

menschlichem Miteinander meistern? In einem Workshop Modul gibt Unternehmer DI Dominik Berger Sichtweisen und Werkzeuge als Inputs zu dieser Fragestellung. Sie nehmen Wissen, Impulse und ganzheitliche Erfahrungen über erfahrungsorientierte Übungen aus dem Emotionalen Intelligenztraining mit.

AUS DEM INHALT:

- Aufmerksamkeits- und Präsenztraining
- Gesundes Führen im körperlichen Ausdruck erleben
- Gesund entscheiden – Wertschöpfung durch wertschätzendes effektives Entscheiden
- Herausforderungen von natürlichem Mann- und Frau-Sein im Berufsalltag
- Bedeutung von Lebensübergängen in der Persönlichkeitsentwicklung und von Ritualen im Unternehmensumfeld
- Spielerisch freudvoller Abschluss



SYM
PO
SI
UM

SANKT
LAMBRECHT
2013