



■ GESUNDHEIT

... beschreibt die Weltgesundheitsorganisation als einen Zustand des vollständigen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlergehens und nicht nur das Fehlen von Krankheit und Gebrechen.

Hier steckt die Herausforderung der Mitarbeiter/innen mit Führungsverantwortung in den zukunftsorientierten Unternehmen. Sie tragen die Verantwortung für ihr Team und (... und das vergessen wir häufig) auch für sich selbst.

Dynamik bestimmt unseren Alltag:

Termine drücken, die Leistungsanforderungen steigern, ständig stehen wir unter Zeitdruck, die Herausforderungen nicht nur im Beruf nehmen zu. Stress ist allgegenwärtig, beeinträchtigt unter Umständen unsere Lebensqualität und kann unserer Gesundheit schaden – bis hin zum Totalausfall.



DENKANSTOSS FÜR VERANTWORTUNGSBEWUSSTE FÜHRUNGSKRÄFTE » Gesundheit – Ich und ein gesundes Team «

Von anderen Kulturen lernen

NEGATIVER STRESS MACHT NICHT NUR ALT, SONDERN KRANK

Eine der entscheidenden Voraussetzungen für Erfolg in der Zukunft, ist die Erhaltung der physischen und geistigen Leistungsfähigkeit aller Mitarbeiter/innen.

Dies gilt insbesondere in einer Zeit, in der Fachkräfte nicht in unbegrenzter Zahl zur Verfügung stehen.

» Wenn Du es eilig hast, mache einen Umweg! « ...

sagen die Chinesen. Wir laden Sie zu einem hochinteressanten Exkurs ein, einmal völlig anders über Ihre Gesundheit, Ihre Leistungsfähigkeit und Ihre Ansprüche an Ihr Team nachzudenken.

In einer lockeren, kleinen Runde von Führungskräften verschiedener Branchen in einer möglicherweise für Sie überraschenden Art der Moderation derartiger Veranstaltungen, möchten wir Sie:

- sensibilisieren, sich mit Fragen der eigenen und der Gesundheit ihrer Mitarbeiter/innen (noch intensiver) auseinander zu setzen
- anregen, Verantwortung noch stärker wahrzunehmen (wollen und können)
- ermuntern, neue Ideen zur Veränderung im Team zu erarbeiten und gemeinsam in der Praxis zu initiieren
- unterstützen bei der (Weiter-) Entwicklung machbarer und unternehmensbezogener Ansätze einer wertorientierten Führung unter den besonderen Herausforderungen knapperer Ressourcen und älter werdenden Belegschaften
- vertraut machen mit den Lebensweisheiten anderer Kulturen

Indirekte Ziele

- Erhöhung der Mitarbeiterzufriedenheit in Ihrem Unternehmen
- Erhöhung der Leistungsfähigkeit Ihrer Mitarbeiter/innen bei zunehmenden Anforderungen
- Verbesserung der eigenen Lebensqualität und der Ihrer Mitarbeiter/innen
- Kostenreduzierung durch Verringerung der Fluktuation, der Fluktuationsneigung und der krankheitsbedingten Ausfallzeiten im Unternehmen

TERMIN

Teilnehmer:

Die Gruppe wird aus maximal 12 Teilnehmern bestehen.

Termin:

Variante 1:

Inhouse Veranstaltung - werden individuell mit Ihnen abgestimmt

Variante 2:

Offene Termine finden Sie auf unserer Website

Ort:

Ein außergewöhnlicher Veranstaltungsort in Rostock, der optimale Bedingungen bietet.

INHALTE

1. Tag - Teil 1 (09.00 Uhr bis 14.30 Uhr)

Einführungsgespräch / -workshop

» Gesundheit ein Unternehmenswert «

- Wohlbefinden, Motivation und Leistung – eine ganz persönliche Selbstanalyse, individuelle körperliche Verfassung
- Gesundheit – Leistung – Kommunikation
- Leistungsfähigkeit und Leistungsbereitschaft wichtige Ressourcen für den wirtschaftlichen Erfolg – eine Kurzanalyse der persönlichen Arbeitssituation
- psychische Erkrankungen und ihre Erscheinungsbilder – ein Exkurs - und im persönlichen Umfeld – Sind wir alle Burn-out-gefährdet?
- Wie gesund leben wir? Was uns krank macht...
- Belastungen im Beruf und der Auswirkungen auf die persönliche Leistungsfähigkeit
- Berufs- und Privatleben im Einklang (Work-Life-Balance) eine Führungsaufgabe und eine Aufgabe jedes/r Mitarbeiters/in

1. Tag - Teil 2

15.00 Uhr bis 17.00 Uhr

» Alternative Wege zur Gesundheit «

- Alternative Kulturen – Was können wir lernen?
- Körper, Seele und Geist im Einklang
- Umgang mit besonderen Lebenssituationen
- Stressvermeidung und Stressabbau
- Anregungen zum Nachdenken zur eigenen Lebensführung, der alternativen Bewertung von Lebens- und Arbeitssituationen
- Entspannung durch spezielle Lebensweise und Techniken

1. Tag - Teil 3

19.00 Uhr bis 20.00 Uhr

» Entspannung können wir lernen – Entspannung durch Yoga «

- praktisches Üben - Einführungskurs

Akteure:

Uwe Dotzläff
Geschäftsführer Dotzläff Consulting GmbH
Institut für innovative Unternehmensentwicklung

Dr. med. Uwe Kehnscherper
Facharzt für Orthopädie und Chirotherapie,
Spezialist für Ayurvedamedizin
(an beiden Tagen aktiv)

2. Tag

09.00 Uhr bis 17.00 Uhr

» Gesundheit – Motivation – Führung «

- Förderung der Gesundheit der Mitarbeiter – eine grundlegende Führungsaufgabe
- Krankheitshäufigkeit und Arbeitszufriedenheit
- Fördern – Fordern – Stressvermeidung
- Krankheitshäufigkeit und Führung wertschätzende Führung – gesundheitsgerechter Führungsstil
- Teamzusammenhalt und psychosoziales Wohlbefinden
- Bearbeitung von Fallbeispielen aus der Praxis
- Kommunikation in schwierigen Situationen (*in Ausnahmesituationen Konflikte vermeiden, Rückkehrergespräche als Führungsinstrument und zur Vertrauensbildung nutzen*)
- Erarbeitung von praxisorientierten Lösungsansätzen

Preis: 950,00 Euro (zzgl. gesetzliche Umsatzsteuer)

- Die Teilnehmer erhalten auf Wunsch ein Teilnahmezertifikat
- Es wird ein Fotoprotokoll der Veranstaltung zur Verfügung gestellt.
- Im Preis enthalten sind die
 - Übernachtung in Appartements zur Einzelnutzung
 - Termine auf Anfrage
 - Workshop-Pauschale
 - (Tagungsgetränke, Obst, Mittagsmenü, Abendessen)
 - Nutzung des Seminarraumes, der WLAN Verbindungen und der Standardtechnik