

# Veranstaltung "Kraftvoll und motiviert in die 2. Halbzeit - Stärken erkennen - ungenutzte Ressourcen aktivieren"

<b>Seminarnummer</b>	VA18-00781
<b>Termin</b>	Mittwoch, den 21.08.2019 bis Donnerstag, den 22.08.2019
<b>- Zeit</b>	09:30 Uhr bis 17:00 Uhr
<b>- Ort</b>	, Sparkassenakademie Schloß Waldthausen
<b>- Referent/in</b>	Ulrike Pilz-Kusch, Dipl.-Päd., Stresstrainerin (GKM), systemisch-lösungsorientierte Coach, Focusing-Trainerin/Seminarleiterin (DAF), Buchautorin
<b>Zielgruppen</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Personalbereich</li><li>• Personalentwicklung</li><li>• Personalrat</li><li>• Personalverwaltung</li><li>• Mitarbeiter/-innen, die das 45. Lebensjahr erreicht haben.</li></ul>
<b>Zielsetzung</b>	Einfache, äußerst wirkungsvolle Werkzeuge helfen Ihnen, mit wenig Aufwand Ihre Belastungen abzubauen und gezielt Ihre Kraftquellen und ungenutzte Ressourcen zu aktivieren, um leichter, freudvoller und erfolgreicher zu arbeiten und dabei fit zu bleiben.
<b>Inhalte</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Wertschätzend Bilanz ziehen – neue, positive Perspektiven gewinnen</li><li>• Stressfreier und effektiver arbeiten mit 3 bis 90 sec.-Pausen und rhythmisieren</li><li>• Kraftvoll und produktiv durch den Tag mit vier Ladestationen</li><li>• Mit Frei-Raum sich wirksam entlasten, Stress umwandeln - den Fokus auf das Positive, wirklich</li><li>• Wichtige und Voranbringende richten</li><li>• Was Kraft und Sinn gibt in der Arbeit und Schwung bringt in Ihr Arbeitsleben</li><li>• Eigene Stärken und Grenzen bewusst machen und achten</li><li>• Mehr Balance, Lebensfreude und Arbeitszufriedenheit im Berufsalltag</li></ul>
<b>Hinweis</b>	<p><b>Die Veranstaltung wird in Kooperation mit der Sparkassenakademie Schloß Waldthausen angeboten.</b></p> <p><b>Bitte melden Sie Ihre TeilnehmerInnen für dieses Seminar direkt bei der Sparkassenakademie Schloß Waldthausen an.</b></p> <p><a href="#">Sparkassenakademie Schloß Waldthausen</a></p>
<b>Meldeschluss</b>	Mittwoch, den 24.07.2019