

Gesundheit für Körper – Seele – Geist

Burnout-Vorsorge

„Glückliche Mitarbeiter sind produktiver“ besagt eine Studie der Oxford-Universität, 2019.

Angestellte, die sich als glücklich einschätzten, erreichten eine um 13% höhere Arbeitsleistung.

Wenn Sie den Erfolg Ihres Unternehmens nicht dem Zufall überlassen wollen, investieren Sie in das Glück und die Gesundheit Ihrer Mitarbeiter. So vergrößern Sie nebenbei den Erfolg Ihres Unternehmens und damit Ihr eigenes Glück!

Inhalte

- ein Gefühl dafür bekommen, was es heißt, ein Leben in Balance zu führen
- Achtsamkeit für das eigene Befinden erlangen
- Möglichkeiten zur individuellen Verbesserung der Zufriedenheit und des Wohlbefindens im Sinne von „Gesunder Körper – Klarer Geist – Seele in Harmonie“ erarbeiten
- praktische und konkrete Tools zum Transfer in den Arbeitsalltag erhalten und Tipps zum Halten der „Glücksenergie“ bekommen

Seminarziel

- allgemeine Erhöhung des Energielevels und der Leistungskraft
- Burnout-Vorbeugung
- Erkennen von eventuellen ersten Burnout-Merkmalen und dem Finden von Verbesserungs- oder Lösungsmöglichkeiten
- weniger Krankenstände
- geringere Fluktuation
- glückliche und zufriedene Mitarbeiter

Mag.^a
Martina
Pichler

Angebot

1-Tages-Seminar (8 Stunden)

Seminarsprache: Deutsch

offen für Interessierte aller Alters- und Berufsgruppen

Raumanforderungen: ruhiger Raum,
Flip-Chart, Beamer, evtl. Sitzpolster und/oder Decken

max. 14 Teilnehmer

Kosten auf Anfrage

