

WORKSHOP „LEBEN UND WERTE IN BALANCE“ – GRUPPE B



Ausgeglichenheit und Lebensbalance sind Themen, die für beruflich ambitionierte Männer und Frauen eine besonders wichtige Rolle spielen.

Die Herausforderung ist, gleichzeitig berufliche Karriereziele und parallel dazu private Lebensvorstellungen zu verwirklichen, und dabei noch den persönlichen Werten treu zu bleiben.

Zudem stellt die Erhaltung der körperlichen Gesundheit ein wesentliches Fundament für die Realisierung beruflicher und privater Ziele dar.

Im Workshop erarbeiten die Mentees mit vielfältigen Methoden folgendes:

- Private und berufliche Lebensvisionen erkennen
- Das 4-Säulenmodell der Lebensbalance zur Analyse der aktuellen Situation nutzen
- Persönliche Lebenswerte im Einklang mit der aktuellen Lebenssituation betrachten
- Biologische Leistungsrhythmen im Alltag nutzen
- Botschaften des Körpers verstehen
- Lösungen für persönliche Anliegen finden

In der Mittagspause besteht die Möglichkeit, eine Walking- oder Joggingrunde durch das idyllische Ungerthal zu unternehmen.



Veranstaltungsort
Hubert-Schwarz-Zentrum
Ungerthal 2 ½
91186 Büchenbach



Veranstalter:
susanne bohn Leadership Competence
Sonthofener Straße 14
90455 Nürnberg
Mobil: 0159 06 80 18 48



Zeitraum
Gruppe B:
25.05.22 von 9 – 18 Uhr



Moderation
Dr. Daniela Jäkel-Wurzer