

Einladung

Akku aufladen – Erholungskompetenz in schwierigen Zeiten

Referentin: Sabine Frieg – die kommunikatore
Datum / Zeit: Dienstag, 7. März 2023 von 15:00 Uhr–17:00 Uhr
Ort: TTZ Marburg – Wintergarten, Softwarecenter 3, 35037 Marburg



© Sabine Frieg

Von Führungskraft zu Führungskraft

Sabine Frieg ist Kommunikationstrainerin und Business Coach aus Leidenschaft. Als Mitinhaberin der Marburger Agentur die „kommunikatore“ verknüpft sie fundiertes Wissen mit praktischen Erfahrungen. Was sie Führungskräften rät, kennt sie aus dem eigenen Erleben. Tipps und Gedanken, die sie teilt, sind in der Praxis umsetzbar.

„Ich bin überzeugt, dass langfristiger Erfolg vor allem von innen kommt – sei es der persönliche Erfolg oder der Erfolg eines Unternehmens. Deshalb begeistere ich mich für den guten Umgang mit sich selbst und anderen. Schon kleine Veränderungen können Großes bewirken. Hier gilt: Einfach mal machen! Könnte ja gut werden.“

Ansprechperson:

Büro für Innovation und Qualifizierung
Dr. Frank Hüttemann
Tel.: 06421 405-1225
HuettemannFr@marburg-biedenkopf.de

Sehr geehrte Damen und Herren,

täglich prasseln schlechte Nachrichten auf uns ein, die Situation am Arbeitsplatz ist vielfach herausfordernd, Arbeitskolleg:innen oder Menschen in unserem privaten Umfeld sind frustriert. Gefühlt steht die Welt auf dem Kopf. Jetzt richtig abzuschalten, die Perspektive zu wechseln und an Erholung zu denken, scheint vielen unmöglich. Dennoch können wir mit kleinen Schritten anfangen, uns selbst am Schopf aus dem Sumpf ziehen.

Wie kann es gelingen, lähmende Krisengefühle abzuschütteln und wieder handlungsfähig zu werden? Der interaktive Workshop mit Business Coach Sabine Frieg zeigt Lösungsmöglichkeiten für mehr Energie im Alltag sowie positive Impulse für einen besseren Umgang mit sich selbst.

Dieser Workshop zeigt, wie man stärker auf die operativen Handlungs- und Umsetzungsmöglichkeiten eingehen kann.

Folgende Themenfelder werden berücksichtigt:

- Energievampire erkennen
- Warum schlafen nicht reicht – sieben Felder der Erholung
- Was wir jetzt wirklich tun können (Circle of Influence)

Das Büro für Innovation und Qualifizierung des Landkreises Marburg-Biedenkopf freut sich über Ihre Teilnahme.

Die Anzahl der Plätze ist begrenzt.

Anmeldung an:

BarthC@marburg-biedenkopf.de

Diese Veranstaltung wird gefördert durch:

 Sparkasse
Marburg-Biedenkopf