

Reflexions- und Selbststeuerungskompetenzen schärfen: Ressourcen stärken, Potenziale entfalten, zielbewusst kommunizieren und handeln.						
Formate	BGM/BGF	Impuls- Vortrag	Team- entwicklung	Prozess- begleitung	Seminar- Workshop	Coaching/ Sparring
Zeitlicher Umfang		60-90 min	1-2 Tage	nach Aufwand	siehe unten	3-5 x 120 min
Führungskräftewerkstatt: Strategien für die wirksame Selbst- und Mitarbeiterführung					X (4 Tage p.a.)	X
Team-Navigator: Ressourcen stärken und Gestaltungsspielräume zielorientiert nutzen - für ein starkes Miteinander			X			X
Personalmanagement in Zeiten des demografischen Wandels: wirkungsstarke Ansätze zur Sicherung von Wissen und Leistungsfähigkeit				X	X (2 Tage)	
Chefsache: Unternehmenserfolg durch Generationenvielfalt		X		X		X
Betriebliches Gesundheitsmanagement in der Arbeitswelt 4.0: Schlüssel zur Arbeitgeberattraktivität und zu geringeren Krankheitskosten	X			X	X (3 Tage)	
KMU-Gesundheit auf den Punkt: bedarfs-, praxisgerecht und finanzierbar	X	X		X		
Resilienz: Training für das Immunsystem der Seele	X	X				X
Potenzial der inneren Stärke: Resilienz und Achtsamkeit im Berufsalltag	X		X		X (2 Tage)	X
Resilienz-Training für Führungskräfte: innere Stärke und mentale Flexibilität	X				X (2 Tage)	X
Leichter als gedacht: gesunder Lebens- und Arbeitsstil im Arbeitsalltag	X		X		X (1 Tag)	X
Stress gelassener begegnen - Kraftreserven wirksam aufbauen	X		X		X (2 Tage)	X
Yoga Walking - Breath Walk®: Stressbewältigung durch Atemübungen und der Achtsamkeit in Bewegung	X		X		X (2,5 Std.)	
Gute Aussichten für 50plus: persönliche Ressourcen entdecken, eigene Strategien ergänzen und wirkungsvoll einsetzen	X				X (1 Tag)	X



Vitalperspektiven für Menschen, Teams und Organisationen:

- persönliches Handlungsrepertoire erweitern
- Strategien für ein starkes Miteinander entwickeln
- ziel- und lösungsorientiert handeln

Beratung, Coaching, Training und Moderation

Sandweg 83
60316 Frankfurt am Main

Telefon: 069 . 17 50 66 72
Mobil: 0176 . 47 68 10 93

info@vitalperspektiven.de

www.vitalperspektiven.de
