



PRESSEINFORMATION

KREISVERWALTUNG COCHEM-ZELL

Pressestelle
Sarah Kühne
Endertplatz 2, 56812 Cochem
Tel. 02671 / 61 – 232
Fax 02671 / 61 – 250
E-Mail: pressestelle@cochem-zell.de

Datum: 27.04.2020

In turbulenten Zeiten gut aufgestellt bleiben: Wie Sie Ihre persönliche Erfolgsformel entwickeln und mit Stärke außergewöhnliche Situationen meistern – Einladung zum kostenfreien Webinar am 7. und 14. Mai 2020

Die Wirtschaftsförderungen des Landkreises Vulkaneifel und Cochem-Zell möchten die Unternehmerinnen und Unternehmer in der derzeitigen Situation mit einem besonderen Angebot unterstützen. Gemeinsam mit ihren Kooperationspartnern haben sie ein ganzheitliches Format auf den Weg gebracht.

Die Coaches nehmen die Unternehmerinnen und Unternehmer in zwei Online-Workshops mit in die spannende Welt der eigenen Ressourcen und zeigen ihnen, wie sie die Kraft der positiven Emotionen nutzen, um in turbulenten Zeiten mit Ruhe und Weitsicht zu agieren. Sie lernen eine Auswahl an Methoden aus der Positiven Psychologie kennen und anzuwenden, um ihre Resilienz-Fähigkeit nachhaltig zu stärken. Es wird ein eigener Werkzeugkasten erarbeitet, mit dem man gerade in schwierigen Zeiten mit ungewöhnlichen Ideen den Markt begeistern kann.

Positive Emotionen erzeugen

- Wie kann ich die Kraft der positiven Emotionen für mich aktivieren, um in turbulenten Zeiten mit Ruhe und Weitsicht zu agieren?

Stress reduzieren

- Welche Werkzeuge aus der Positiven Psychologie helfen am effektivsten zur Stressreduktion und welches Werkzeug passt für mich ganz persönlich?

Resilienz pflegen

- Wie kann ich meine Resilienz Fähigkeit aktiv aufbauen und nachhaltig stärken.

Growth Mindset praktizieren

- Wie ich auch in schwierigen Zeiten Ideengenerator/-in bleibe und mich nicht zum Ideen-Killer/in entwickle.

Termine für den Online-Workshop:

Modul I:
Donnerstag, 07. Mai 2020,
18.00 - 19.30 Uhr und

Modul II:
Donnerstag, 14. Mai 2020,
18.00 - 19.30 Uhr

Es können nur beide Module zusammen gebucht werden. Die Teilnahme ist kostenfrei. Das Online-Training wird mit dem Tool Zoom angeboten.

Eine Anmeldung (mit Angabe Ihrer Adresse) ist bis zum 6. Mai 2020 per E-Mail an wfg@vulkaneifel.de erforderlich. Die Teilnehmer erhalten anschließend die Zugangsdaten

Die Referenten:

- Cornelia Müller-Saxler, Persönlichkeitscoach, CoPra, Dockweiler
- Susi Graham, Organisationsentwicklerin, Susi Graham Company, Amsterdam

Das Duo arbeitet prozessorientiert, ganzheitlich und menschenzentriert.

Die Teilnehmer sind eingeladen, Bekanntes und Neues in ihren Alltag zu integrieren.