

## Vorträge, offene Seminare, weitere Termine

\*\*\* Die genauen Termine für 2018 werden Mitte Oktober 2017 bekanntgegeben \*\*\*

Jan. 2018 18.00 Uhr Gründerzentrum ‚W-tec‘, Heinz-Fangman-Straße 2, Wuppertal  
**Vortrag** „**Lern- und Kreativitätstechniken**“

Feb. 2018 18.00 Uhr Gründerzentrum ‚W-tec‘, Heinz-Fangman-Straße 2, Wuppertal  
**Vortrag** „**Burnout-Nachsorge – damit nach dem Burnout nicht vor dem Burnout ist!**“

März 2018 18.00 Uhr Gründerzentrum ‚W-tec‘, Heinz-Fangman-Straße 2, Wuppertal  
**Vortrag** „**Mentaltraining – was wir von Profisportlern für Job & Freizeit lernen können**“

Mai 2018 18.00 Uhr Gründerzentrum ‚W-tec‘, Heinz-Fangman-Straße 2, Wuppertal  
**Vortrag** „**Burnout – was ist das eigentlich?**“

Juni 2018 18.00 Uhr Gründerzentrum ‚W-tec‘, Heinz-Fangman-Straße 2, Wuppertal  
**Vortrag** „**Mental fit – entspannt im Stress**“

Juli 2018 18.00 Uhr Gründerzentrum ‚W-tec‘, Heinz-Fangman-Straße 2, Wuppertal  
**Vortrag** „**Intuition statt Irritation ... hör’ auf Deinen Bauch!**“

Sept. 2018 18.00 Uhr Gründerzentrum ‚W-tec‘, Heinz-Fangman-Straße 2, Wuppertal  
**Vortrag** „**Urlaub vorbei ... Burnout zurück?!**“

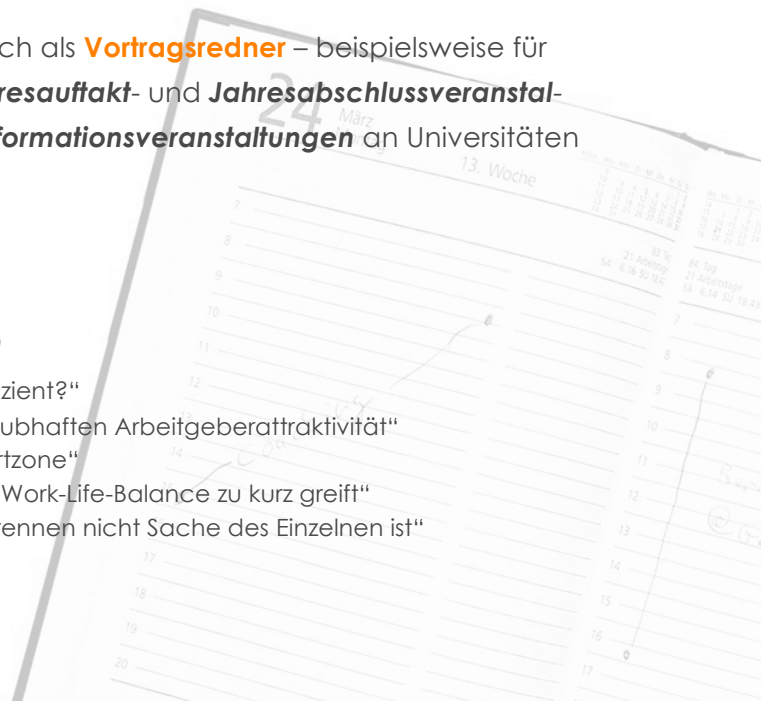
Okt. 2018 18.00 Uhr Gründerzentrum ‚W-tec‘, Heinz-Fangman-Straße 2, Wuppertal  
**Vortrag** „**Burnout bei pflegenden Angehörigen ... ein Tabuthema?!**“

## Redner / Speaker

Darüber hinaus haben Sie die Möglichkeit, mich als **Vortragsredner** – beispielsweise für **Mitarbeiter-** und **Kundenveranstaltungen, Jahresaufakt-** und **Jahresabschlussveranstaltungen, Verbandstagungen, Messen** sowie **Informationsveranstaltungen** an Universitäten und Schulen – zu buchen.

Mögliche **Themenbereiche** sind ...

- Burnout und ‚Demografischer Wandel‘  
 z.B. „Ist Effizienz unterm Strich eigentlich effizient?“  
 „Mit sinnvoller Präventionsarbeit zur glaubhaften Arbeitgeberattraktivität“  
 „Burnout - ein Phänomen in der Komfortzone“  
 „Work-Life-Involvement ... oder warum Work-Life-Balance zu kurz greift“  
 „Organisational Burnout - warum Ausbrennen nicht Sache des Einzelnen ist“  
 „Urlaub vorbei - Erschöpfung zurück“



- Mentaltraining und Mentaltechniken  
z.B. „Mentaltraining - was wir von Profisportlern lernen können“  
„Mentaltechniken in Produktion, Vertrieb und Administration“  
„Mental fit - Entspannt im Stress“
- Motivation und Selbstmanagement  
z.B. „Selbstmanagement - warum man Zeit nicht managen kann“  
„Fragen Sie doch mal Ihre Bewerber, ob sie meditieren!“  
„Intuition statt Irritation“

Bezüglich des **Formats** haben Sie dabei die Wahl zwischen einem **Impulsreferat** (ca. 15 Minuten), einer aktivierenden **Motivationsrede** (30 bis 60 Minuten) und dem klassischen **Vortrag** (45 bis max. 90 Minuten).

Gerne berate ich Sie im Vorfeld Ihrer Veranstaltung bezüglich des passenden Formats in Abhängigkeit zur Zielsetzung und zum vorgegebenen Zeit- und Veranstaltungsrahmen.

