**\*\* SEMINAREINLADUNG \*\***

**2-tägiges Seminar am 12./13. August 2014: „Aktives Stressmanagement“**

Stress, Zeit- und Leistungsdruck dominieren das moderne Arbeitsleben und halten vermehrt Einzug in die Privatsphäre. Gestresste Mitarbeiter verursachen Kosten, sind häufig weniger leistungsfähig und flexibel. Herausfordernde Situationen treten immer auf - entscheidend ist, wie die Mitarbeiter damit umgehen. Nur Mitarbeiter, die ihre Grenzen kennen sowie Stress vorbeugen und abbauen, bleiben gesund, leistungsfähig und sind gute Teamplayer, die sich auch in hektischen Zeiten gegenseitig unterstützen.

Im Seminar erfahren die Teilnehmer, wie sie die persönliche Stresstoleranz steigern, körperlichen Symptomen vorbeugen, Stressfaktoren reduzieren und ihre Leistungsfähigkeit erhöhen. Ein gezieltes Methodentraining sichert den Transfer in den Alltag und den Aufbau einer nachhaltigen Stresstoleranz. Max. 18 Teilnehmer. Inhouse-Seminare auf Anfrage!

**1-tägiges Seminar am 14. August 2014: „Wertschätzende, effektive Kommunikation“**

In der Firma reden Sie aneinander vorbei? Im Team und mit den Kollegen funktioniert die Kommunikation nicht mehr?

In unserem eintägigen Kommunikationsseminar lernen die Teilnehmer, wie sie die richtigen Worte wiederfinden, damit sie künftig den beruflichen Anforderungen wieder gewachsen sind und Konflikte im Gespräch lösen können, bevor sie überhaupt entstehen. Eine Kommunikation auf Augenhöhe in sachlicher Form entlastet und lässt ganz neue Perspektiven entstehen. Max. 16 Teilnehmer. Inhouse-Seminare auf Anfrage!

**Was bieten Ihnen unsere Seminare?**

Die Teilnahme an unserem Seminar leistet einen wichtigen Beitrag zur Erhaltung der psychischen Gesundheit und Leistungsfähigkeit der Mitarbeiter.  
Unsere Seminare zeichnen sich aus durch:



* + - * + Seminartage mit intensiver Vor- und Nachbereitung und Teilnahmebescheinigung
        + Flexible Seminargestaltung
        + Abwechslungsreicher Input, faszinierende Demos, Profi-Werkzeuge, intensive Arbeit an Fallbeispielen, Umsetzungspläne, Visionsarbeit
        + Herzblut und Begeisterung, die anstecken
        + Ergebnisse, die schnell und langfristig nachhaltig wirken

**Ihr Seminarort:   
  
Entspannung pur im Seefugium**Das Seefugium im Norden Hannovers liegt in einem Landschaftsschutzgebiet, direkt an einem wunderschönen See. Kaum woanders lernt es sich so gut wie in dieser einmaligen Lage.



**Ihr Expertinnenteam:**

**Silke Ludwig**  
[www.kommunikations-leine.de](http://www.kommunikations-leine.de)



* Seminarleiterin für Stressmanagement

und Burnout-Prävention (Paracelsus, Hannover)

* Kommunikationstrainerin (Paracelsus, Berlin)
* Ausbildung zur Heilpraktikerin für Psychotherapie (Paracelsus, Hannover)
* Studieninstitut Bad Münder
* Kaufmännische Ausbildung
* Frühere Berufstätigkeit bei Stadtwerke Hannover,
* trans-o-flex Schnell-Lieferdienst, Hannover, Kassel, Berlin,
* Landwirtschaftsministerium Hannover

**Linda Wulff, M.Sc.**

[www.linda-wulff-coaching.de](http://www.linda-wulff-coaching.de)



* Systemischer Coach und Prozessbegleiter (dr. alexander et kreutzer gmbh, Lüneburg)
* Heilpraktikerin für Psychotherapie
* Seminarleiterin für Stressmanagement und Burnout-Prävention (Paracelsus, Hannover & Berlin)
* M.Sc. Public Policy & Human Development (Maastricht University/ United Nations University)
* B.A International Management (HS Bremen/ Tec de Monterrey, Mexiko)
* Frühere Berufstätigkeit bei Tchibo, Fressnapf, Metsä Board, Deutsche Botschaft Bangkok

**A N M E L D U N G**\* bitte bis zum 12. Juli 2014 - \*

*Für weitere Anmeldungen dieses Formblatt bitte kopieren.***Inhouse-Seminare gerne auf Anfrage.**

An [ludwig@kommunikations-leine.de](mailto:ludwig@kommunikations-leine.de) oder Fax: +49-5139-9464994

An dem Seminar (bitte ankreuzen):

\_\_ Stressmanagement am 12./13. August 2014 (690 € p.P. zzgl. 19% MwSt.)

\_\_ Kommunikationstraining am 14. August 2014 (345 € p.P. zzgl. 19% MwSt.)

\_\_ Kombi-Teilnahme an beiden Seminaren 12.-14. August 2014 mit 15% Rabatt  
 (880 € p.P. zzgl. 19% MwSt.)  
  
  
**Aus unserem Hause**

Unternehmen: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Ansprechpartner: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  
  
Anschrift: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  
  
 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Fax: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**nehmen folgende Teilnehmer/innen verbindlich teil:**  
  
 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Mit Ihrer Unterschrift bestätigen Sie, dass Sie die umseitigen AGBs gelesen haben und diese akzeptieren.  
  
Datum, Unterschrift:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Allgemeine Geschäftsbedingungen:  
  
Veranstalterinnen:** *Ludwig Kommunikation & Coaching*, Inh. Silke Ludwig, Am Walde 10 d, 30916 Isernhagen, Umsatzsteuer-Identifikationsnummer gemäß § 27 a Umsatzsteuergesetz DE291548115   
 *Linda Wulff Coaching*, Inh. Linda Wulff, Podbielskistraße 32, 30163 Hannover  
Umsatzsteuer-Identifikationsnummer gemäß § 27 a Umsatzsteuergesetz DE273954297

**Eingeschlossene Leistungen:**Teilnahme an der gebuchten Veranstaltung, Snacks und Getränke während der Veranstaltung, Teilnahmebescheinigung   
  
**Verhinderung/Stornierung/Rücktritt:**

Mit der Anmeldung entsteht die Verpflichtung zur Zahlung des Teilnahmebeitrages. Dieser ist von dem Teilnehmer/Unternehmen innerhalb von 14 Tagen nach Rechnungserhalt zu überweisen. Bei Verhinderung ist es möglich, die Seminarteilnahme abzusagen oder den Platz auf eine andere Person zu übertragen. Ab drei Wochen vor Seminarbeginn wird bei Absage 40% der Seminargebühr fällig, bei Absage weniger als 2 Wochen vor Seminarbeginn wird 80% der Seminargebühr berechnet, bei Absage weniger als sieben Tage vor Veranstaltungsbeginn 100% der Seminargebühr. Maßgeblich ist der Poststempel, Fax-Versendebestätigung oder E-Mail Datum. Eine Nichtinanspruchnahme einzelner Lehrgangs- oder Seminarstunden berechtigt nicht zu einer Ermäßigung des Rechnungsbetrages. Das evtl. Anreiserisiko trägt der Teilnehmer.

**Sonstiges:**

Der Veranstalter hat das Recht, bei ungenügender Beteiligung oder unvorhergesehener Verhinderung der Dozenten Schulungen oder Seminare auch kurzfristig abzusagen. Es erfolgt eine sofortige Benachrichtigung. Bereits gezahlte Beiträge werden in diesem Fall voll erstattet. Ein weitergehender Schadensanspruch ist ausgeschlossen.

**Haftung:**Eine Haftung für Unfälle, Sach- und Personenschäden, Verlust von Garderobe und anderen Gegenständen auf dem Hin- und Rückweg sowie für die Dauer des Aufenthalts in den Seminarräumen wird nicht übernommen.

**Gerichtsstand:**

Als Gerichtsstand wird Hannover vereinbart.