

WIESBADENER KOMPETENZTAGE

für AssistentInnen

CREATIVE CONSULTING
hm.cc



Heidi Mathias

20 Jahre Erfahrung
als Consultant für
Assistentinnen.

Für Sie bieten wir
Konzepte und Stra-
tegien, wie Sie im
Officebereich eine
Wertsteigerung für
Ihr Unternehmen
erreichen können,
und das mit Herz
und Verstand.

Wegen großer
Nachfrage wieder:
Special-Arbeitskreise
für „Senior Assistants“

16. – 18. Mai 2011



Herzlich willkommen, liebe Leserin, lieber Leser,

Wiesbaden im Mai, einem der schönsten Monate. Alles blüht, die Parks strotzen vor grün, es ist lau, die Tage sind lang, es ist einfach schön. Dazu kommt das Schönste: Ich darf Sie zu unseren Wiesbadener Kompetenztagen 2011 begrüßen und mit Ihnen zusammen und Ihren Business-Experten drei spannende, innovative, inspirierende Tage erleben, so dass wir das 2. Halbjahr mit aktuellem Know-how und voll positiver Energie anpacken werden.

Lassen Sie uns so viel Input, so viel gute Laune, so viel Spaß wie möglich mitnehmen und in Ihre Unternehmen tragen, denn *„die wichtigste erneuerbare Energie ist: Optimismus“*.

(Dr. Florian Langenscheidt)

Eine Teilnehmerin sagte nach den letzten Kompetenztagen: *„Ihr seid die beste Tankstelle für den Kopf, das Herz und die Seele!“* Also, bitte anzapfen – wir sind da!!!

Ich freue mich auf Sie – bis bald!

Heidi Watzig

Wer sollte teilnehmen?

SekretärInnen und AssistentInnen aus den Bereichen: Geschäfts- und Bereichsleitung, Direktion und Vorstand, Office-ManagerInnen und Management-AssistentInnen sowie alle, die in ihrer Funktion noch mehr überzeugen und neue Aufgabengebiete übernehmen wollen.

Warum sollten Sie teilnehmen?

- Sie wählen individuell Ihre Kompetenz-Arbeitskreise, die Sie beruflich weiterbringen und Ihnen nutzen.
- Sie erarbeiten Lösungen, die Ihnen das Führen mit „geliehener Macht“ erleichtern.
- Sie erleben intensiven und persönlichen Austausch mit vielen anderen TeilnehmerInnen.
- Sie bringen in angenehmer Atmosphäre Ihr Wissen auf den aktuellsten Stand.

Ein unvergessliches Highlight, von dem Sie das ganze Jahr profitieren werden!

Wie profitieren Ihre Vorgesetzten von Ihrer Teilnahme?

- Mit gestärktem Rollenverständnis gelingt es Ihnen, Ihre Funktion noch wirkungsvoller zu gestalten.
- Sie erfahren, wie Ihnen die „Gratwanderung“ zwischen Vorgesetzten, Kollegen und Geschäftspartnern noch besser gelingt.
- Sie gewinnen vertiefende Einblicke in die Arbeitswelt Ihrer Vorgesetzten und können sie noch effizienter unterstützen.
- Sie können noch mehr Verantwortung übernehmen und Entscheidungen für Ihren Chef fundiert vorbereiten.
- Sie holen sich neues wertvolles Praxiswissen, das Sie sofort in die Praxis umsetzen können.

Was wir Ihnen garantieren:

- Hohe Fachkompetenz aller Experten
- Interaktives Arbeiten & aktive Wissensvermittlung
- Qualität & Umsetzungsvermögen
- Hoher Nutzenfaktor für Ihr Unternehmen
- Netzwerken & Erfahrungsaustausch
- Nachhaltigkeit

Seminarzeiten:
9:00 bis 16:30 Uhr

Seminarkosten:
690,00 €

Kongress und Seminar:
Spezialpreis:
1.980,00 €

*Erleben Sie
Christine Weiner **live!***



Der Praxistag zur Reflexion:

Lust auf Spitzenleistung?

Unterstützen Sie Ihre Vorgesetzten nachhaltig mit Zufriedenheit

Die Herausforderungen für Ihre Vorgesetzten steigen ständig, Ihre Aufgaben wachsen mit. Häufig geht es turbulent, manchmal chaotisch und zuweilen auch ruppig zu. Mehr denn je ist Ihre kompetente Unterstützung, Ihr unternehmerisches Denken, Ihre Selbstorganisation und Ihre Selbstverantwortung gefragt, um zum Gelingen des Ganzen beizutragen.

Vieles läuft nicht mehr „rund“. Oft ist keine Gelegenheit, Entscheidungen wirklich gründlich zu überdenken, da die Zeit läuft.

Was können Sie tun, dass Ihre innere Balance nicht streikt? Jetzt ist es hilfreich persönliche Bilanz zu ziehen, um zu reflektieren, welche unserer Ressourcen frei, welche besetzt sind und ob es Talente in uns gibt, die brach liegen. Bei welchen Aufgaben leben wir voll unser Können aus und welche Stärken warten nur darauf ausgebaut zu werden. Welche positiven Auswirkungen hat diese Ressourcen- und Zielklarheit auf unsere Arbeit? Heute ist Ihr Tag:

- Entdecken Sie Ihre verborgenen Talente
- Definieren und planen Sie Ihren Erfolgsweg
- Identifizieren Sie die Krisenherde
- Denken und handeln Sie lösungsorientiert
- Nutzen Sie Ihr Zeitmanagement
- Vertrauen Sie Ihrer emotionalen Intelligenz
- Machen Sie Nägel mit Köpfen
- Stärken Sie Ihre Selbstkompetenz

Schauen Sie mit Optimismus mutig in die Zukunft!

Ein weiterer wertvoller Schritt zur Unverzichtbaren:

zur Co-Managerin

■ *Zum Abschluss des Seminartages laden wir Sie herzlich zu einem Cocktailempfang ein. Nutzen Sie diese Gelegenheit zum Netzwerken in lockerer Atmosphäre.*

Christine Weiner

Christine Weiner hat verschiedene pädagogische Ausbildungen, BWL-Studium, NLP-Practitioner, Beratung, Coaching und Supervision, Journalistin, Autorin zahlreicher Bücher, u. a. die Bestsellers „Täglich bei Tiffany“ und „Das Piippilotta Prinzip“, Redakteurin und Moderatorin im Fernseh- und Hörfunk, Trainingsschwerpunkte: Stressbewältigung, Kommunikation, Mentoring, Karriereberatung.

Programm 1. Tag • 17. 05. 2011

ab 8:00 Fit in den Tag mit einem kleinen Vitalfrühstück

9:00 Begrüßung und Konferenzbeginn: **Heidi Mathias**
Moderation: **Prof. Dr. Elisabeth Heinemann**

9:30 **Verständlich und spannend**
Machen Sie sich und Ihr Gehirn fit für die Zukunft

Die Anforderungen an unsere grauen Zellen steigen: Wir sollen kreativ und stets konzentriert sein, in stressigen Zeiten noch präzise denken können, und wir wollen bis ins hohe Alter lernfähig und flexibel bleiben.

Was leistet Ihr Gehirn hierbei tagtäglich und wie können Sie sich die neuesten Erkenntnisse aus der Hirnforschung zunutze machen?

Seitdem die Forschung die Geheimnisse des Lernens im Gehirn entschlüsselt hat, gibt es viele neue hilfreiche und nützliche Erkenntnisse, wie Sie das Lernen effizient und angenehm gestalten können.

- Wie können Sie die Fähigkeiten des Gehirns ausbauen und verbessern?
- Wie können Sie das „Neurokapital“ in Ihren Köpfen optimal einsetzen?
- Was können Sie tun, um das Lernen leichter und effizienter zu gestalten?
- Bleiben Sie neugierig, denn Neugier regt das Gehirn an!
- Aus Küche, Apotheke und Drogerie: Welche Substanzen helfen dem Gehirn beim Lernen?

Dr. med. Sabine
Schonert-Hirz

Unterhaltsam und auf dem neuesten Stand des Wissens!

10:30 ■ **Mini-Pause**

10:45 **Erleben Sie diese powervolle Italienerin**

Die italienische Art, Ihre Stärken zu entdecken

Stellen Sie sich vor, das Leben wäre leicht, es würde Spaß machen und Sie würden sich schon morgens auf den Tag freuen. Wie, das geht nicht? Ich sage nur: „dolce vita“!

Das Rezept ist einfach: Sie nehmen einen Löffel Ausstrahlung, eine Prise Humor, ganz viel Intensität, öffnen dabei Ihr Herz und lassen bei 25 Grad alle Theorien, die Sie jemals gehört haben, fallen. Dann fügen Sie Ihre eigene Intuition hinzu, die Erlaubnis, dass alles möglich ist, und verabschieden sich von alten, festgefahrebenen Strukturen und Mustern.

- Wie können Sie Ihr „dolce vita“ gestalten?
- Wie kommen Sie Ihrer Intuition einen Schritt näher?
- Wie machen Sie aus Ihrem Leben etwas Wundervolles?

Paola Molinari Sie werden sehen, wie gut Ihnen ein wenig Leichtigkeit tun wird!

12:00 ■ **Vital-Lunch und Zeit zum Check-in**

12:45 ■ **Nach dem Lunch: Neue Energie für den Nachmittag mit Gerda Bender – natürlich freiwillig**

13:15 **Kompetenz-Arbeitskreise (1–5)**

Dr. med. Sabine Schonert-Hirz	Die neue Stressbalance: Viel arbeiten und trotzdem gut leben!	(1)
Johannes Warth	Rhetorik souverän und wirkungsvoll	(2)
Gerda Bender	Meetings mit Kolleginnen professionell leiten	(3)
Prof. Dr. Elisabeth Heinemann	Klappern gehört zum Handwerk!	(4)
Paola Molinari	Die 5 Elemente der Persönlichkeit	(5)

15:45 ■ **Energiepause und Zeit zum Netzwerken**

16:15 **Lassen Sie sich anstecken**

Eine große Portion Lebensqualität

Ist es nicht so? Sehnen wir uns nicht alle nach einem glücklichen und erfüllten Leben? Dabei spielt Lebensqualität eine wichtige Rolle. Lebensqualität ist wie das Glück: Wir können es zum Teil selbst steuern und schaffen.

Denn Glück und Lebensqualität tauchen nicht ganz zufällig auf, sondern fallen uns zu, wenn wir die richtige Einstellung annehmen. Mit viel Esprit und Humor möchte Johannes Warth anhand verschiedener Lebensmodelle

Geld – Güter – Gold
Schneller – Höher – Weiter

Geld – Macht – Liebe

World – Wide – Web

Wellness – Healthness – Fitness

Ihrer Lebensqualität ein wenig auf die Sprünge helfen.

Sein Lebensmotto:

„Wenn es den Menschen in meinem Umfeld gut geht, dann geht es mir auch gut.“

Johannes Warth

17:15 ■ **Zeit für SICH! Einen Bummel im Park, Seele baumeln lassen, Nachmittagssonne genießen, Netzwerken oder ...**

Special für Sie:

19:15 **Abendprogramm**



Aperitif auf Einladung des Hotels Crowne Plaza Wiesbaden. Danach laden wir Sie zu einem besonderen Dinner ein: **Live-Cooking** im Restaurant des Hotels Zafferano.

Es verwöhnt uns der italienische Küchenchef mit Köstlichkeiten

ZAFFERANO

9:00 Guten Morgen: **Heidi Mathias**
Moderation: **Prof. Dr. Elisabeth Heinemann**

**Fit in den Tag mit mentaler Energie
mit Gerda Bender**

9:15 **Haben Sie heute schon an sich gedacht?**
Die Schokoladenseiten des Lebens

Genuss und Lebensfreude wünschen wir uns alle. Genuss darf auch in den Mittelpunkt unseres Lebenskonzeptes rücken. Naschen Sie gerne Schokolade? Suchen Sie Sünden ohne Reue? Dann greifen Sie zu Schokolade mit mehr als 70% Kakaoanteil, denn gute Laune kann man essen. Denken Sie an Ihre Sinne beim Schokoladeneinkauf, Ihre Nase nimmt den Duft beim Betreten der Chocolaterie wahr, Sie hören, wie verführerisch Seidenpapier raschelt, Ihren Gaumen umschmeichelt das erste zarte Stück. Freuen wir uns darauf, dass dies alles dem Lustprinzip unseres Gehirns dient, weshalb Sie ohne Mühe das erreichen werden, was Sie sich vorgenommen haben.

Denn:

- Der Körper braucht Genuss
- Das Herz braucht Visionen
- Der Kopf braucht Spaß

Dr. Ilona Bürgel

9:45 ■ **Mini-Pause**

10:00 **Kompetenz-Arbeitskreise (6–9)**

- | | | |
|-----------------------|---|-----|
| Dr. Ilona Bürgel | Die Schokoladenseiten des Lebens | (6) |
| Paola Molinari | Leben statt zu funktionieren | (7) |
| Lilli Wilken | Mit Reklamationen souverän umgehen | (8) |
| Christine Baumgartner | Vermitteln zwischen ALLEN – ein Spagat! | (9) |

12:15 ■ **Lunch und Zeit zum Check-out**

13:30 **Kompetenz-Arbeitskreise (11–14)**

- | | | |
|-------------------------------|--|------|
| Lilli Wilken | Streiten, ohne die Selbstkontrolle zu verlieren | (11) |
| Christine Baumgartner | Slow life/Slow down: durch Entschleunigung zu neuer Qualität | (12) |
| Monika Wetterauer-Kopka | Jump – Grenzen überwinden – Neues wagen | (13) |
| Prof. Dr. Elisabeth Heinemann | Projektmanagement für Assistentinnen | (14) |

**Kompetenz-Arbeitskreise
(10 u. 15)**

Sie erleben auf Wunsch vieler auch 2011 wieder zwei Arbeitskreise für Senior Assistants zusammenhängend!

**Think Future –
Stellen Sie die Weichen!**

Teil 1 – 10.00–12.15

**Expertin mit Format –
Neue Impulse zum Durchstarten!**

Teil 2 – 13.30–16.00

**Resilienz – Ihre innere Stärke und
Widerstandskraft**

Gerda Bender

Diese Arbeitskreise bauen aufeinander auf und sind zusammen buchbar. Die Vorträge finden im Plenum für ALLE statt.

16:00 ■ **Erfrischungspause und Zeit
zum Netzwerken**

16:30 **Was nehmen wir mit?**

- Wir lassen die Kompetenz-tage Revue passieren mit Prof. Dr. Elisabeth Heinemann und Lilli Wilken.
- Gemeinsamer Ausklang mit Überraschungen: Wir verlosen 2 attraktive Wochenendgutscheine
- Verabschiedung bei Leckereien und Talk.

17:30 Wir sagen Danke und Tschüs, wünschen eine SCHÖNE SOMMERZEIT und freuen uns auf ein gesundes Wiedersehen 2012!

Heidi Mathias



**LEBE statt
zu funktionieren**
Allen Teilnehmerinnen
der Kompetenztage
schenken wir das Buch
„LEBE statt
zu funktionieren“
von Paola Molinari.

Kompetenz-Arbeitskreise

1 Die neue Stressbalance:

Viel arbeiten und trotzdem gut leben!

Zu viel Stress, bitte NEIN! Doch ohne Stress können wir auch nicht leben!

- Energiequelle Stress:
Ein Steinzeitmechanismus bringt uns auf Trab
- Bis hierher und nicht weiter:
Stresssymptome und Burn-out
- Balance bitte: Wie Sie sich und Ihren Stress wieder ins Gleichgewicht bringen
- Das Sofortprogramm für den Stressnotfall: Körper entspannen, Gedanken und Emotionen gezielt steuern

In diesem Arbeitskreis erfahren Sie auf eingängige und unterhaltsame Art und Weise, wie Sie Ihre Stressreaktion in Balance halten und damit alle Voraussetzungen schaffen, um gesund, fröhlich, leistungsfähig und kreativ zu bleiben!

Dr. med. Sabine
Schonert-Hirz

2 Rhetorik souverän und wirkungsvoll

„Wir sind verantwortlich für das, was wir sagen, und wie wir es sagen.“

Sie wollen Vorgesetzte und Kollegen von etwas überzeugen. Stecken Sie Ihre Energie nicht in unbegründete Ängste und Hemmungen.

- Begeistern Sie durch Sprache und erreichen so Ihre Ziele
- Steuern Sie Ihre „Rolle“ und Stimme bewusst
- Finden Sie die richtigen Worte zur richtigen Zeit

In diesem außergewöhnlichen Praxis-Arbeitskreis lernen Sie von einem Profi, wie Sie die Grundprinzipien des Schauspiels mit denen der Rhetorik verknüpfen, denn reden kann jede/jeder!

Johannes Warth

3 Meetings mit Kolleginnen professionell leiten

Prozesse sollen vereinfacht, Informationsdefizite aufgelöst sowie die interne Kommunikation verbessert werden. Jetzt ist Ihre Professionalität gefragt: Vielleicht leiten Sie bereits Treffen mit Kolleginnen – oder haben vor, einen solchen „Zirkel“ ins Leben zu rufen. Damit dies nachhaltig zum Nutzen des Unternehmens wird, ist praktisches Know-how wichtig:

- Wie geben Sie Informationen weiter?
- Wie lenken und leiten Sie Diskussionen?
- Wie erreichen Sie einen aktiven Austausch?
- Wie moderieren Sie ergebnisorientiert?

Sie nehmen einen Methodenkoffer mit, der Ihnen die Durchführung der „Arbeitssitzungen“ enorm erleichtert. Ein Benefit für die wirtschaftlichen Herausforderungen

Gerda Bender

4 Klappern gehört zum Handwerk

Sie haben alle Fäden unbemerkt in der Hand, sorgen für reibungslose Kommunikation, Abläufe und Zusammenarbeit. Unbemerkt? Viel zu oft: JA. Ziehen Sie sich die Tarnkappe vom Kopf und lassen Sie uns gemeinsam Ihr sog. Rampensau-Gen® entdecken – humorvoll und immer gemäß der eigenen, authentischen Persönlichkeit.

- Strahlen Sie Überzeugungskraft aus
- Zeigen Sie, was Sie können
- Nutzen Sie Ihr Potenzial
- Werden Sie aktiv und bleiben Sie authentisch
- Schluss mit falscher Bescheidenheit

Prof Dr. Elisabeth
Heinemann

5 Die fünf Elemente der Persönlichkeit

Unsere Persönlichkeit hat viele Facetten: da gibt es den Anteil des Clowns, des Besserwissers, des Kleinkindes, des Unnahbaren und des Anklägers.

Schwierig kann es werden, wenn einer der Anteile in einer unpassenden Situation die Oberhand gewinnt. Wir können stressfreier leben, wenn alle Persönlichkeitsanteile in Balance sind.

- Nehmen Sie die Vielfalt Ihrer Persönlichkeit wahr.
- Erkennen Sie, warum Sie in manchen Situationen automatisch handeln.
- Sie verändern, was Ihnen nicht gefällt.
- Geben Sie Ihrem Leben eine neue Wende.

Paola Molinari

6 Leben ist wie Schokolade essen!

Genussvoll schlemmend den Alltag meistern und das alles mit der wunderbaren „Speise der Götter“. Nach Herzenslust kann probiert, geschnuppert und gefragt werden. Alle Sinne werden entführt in das Reich der zartesten Versuchung, wobei Wissenswertes und Anekdotisches Hand in Hand gehen. Alltagstipps für süße Genüsse ohne Reue runden den Workshop mit Glückshormongarantie ab.

- Schokolade macht vital und glücklich
- Sie entscheiden sich bewusst für Genuss und damit für Entspannung und Gesundheit
- Sie denken an sich und treffen dadurch bessere Entscheidungen

„Schokolade ist fassbar, greifbar und vor allem essbar gewordenes Glücksgefühl“ (Wim Wenders)

Dr. Ilona Bürgel

7 Leben statt zu funktionieren

Entdecken und nutzen Sie den größten Schatz, den Sie in sich tragen: Ihre Intuition. Denn sie kann Ihnen helfen, die richtigen Entscheidungen zum richtigen

Zeitpunkt zu treffen, erleichtert Ihnen den Umgang mit anderen und lotst Sie automatisch dahin, wo Sie sich am wohlsten fühlen.

- Wodurch wird Ihre Intuition gestärkt?
- Wann können Sie Ihrer inneren Stimme vertrauen?
- Wie funktioniert das Zusammenspiel von Kopf und Bauch?
- Wie machen Sie Ihre Intuition besser für sich nutzbar?

Sie erfahren konkret, wie Sie aus vollem Herzen arbeiten und leben können, statt nur zu funktionieren.

Paola Molinari

8 Mit Reklamationen souverän umgehen

„Wo gehobelt wird, fallen Späne!“ Dieses Sprichwort hat heute nicht an Bedeutung verloren. Beschwerden von Vorgesetzten, Kollegen oder Kunden werten wir häufig vorschnell als persönliche Angriffe. Unabhängig davon, ob sie berechtigt sind, lösen sie Ärger aus und provozieren unangemessene Reaktionen. Diese können jedoch hilfreich sein: Sie bieten Chancen zum Dialog.

- Nehmen Sie Reklamationen ernst
- Punkten Sie mit Freundlichkeit und Sachlichkeit
- Vermeiden Sie Beziehungsabbrüche
- Bauen Sie Vertrauen wieder auf

Lilli Wilken

9 Vermitteln zwischen ALLEN – ein Spagat!

Kennen Sie das: Manchmal ist es wie verhext – Sie müssen Informationen – vor allem in Abwesenheit Ihres Chefs – weitergeben und denken: Wie sag' ich es meinem „Kinde“? Da ist Ihr kommunikatives Geschick als Vermittlerin gefragt, wie Sie mit den unterschiedlichen Chef- und Kollegentypen galant jonglieren und dabei loyal bleiben.

- Vermitteln Sie zwischen allen positiv.
- Meistern Sie den Spagat souverän.
- Vereinbaren Sie Spielregeln.
- Erreichen Sie ein gutes Arbeitsklima und stärken Ihre Position.

Christine Baumgartner

11 Streiten, ohne die Selbstkontrolle zu verlieren

Die Aussprache mit einer Kollegin, sich heftige Kritik vom Chef anhören, schwierige Gesprächssituationen, um die Sie nicht herumkommen, und manchmal passiert dies alles an einem Tag. Wir reagieren ganz unterschiedlich, mal gelassen, beim nächsten Mal verschlägt es uns die Sprache, der „Topf läuft über“ und es platzt uns der Kragen. Was tun?

- Wie Sie Streitauslöser erkennen
- Wie Sie bei unfairen Attacken reagieren können

- Wie Sie Streit persönlich verarbeiten
- Wie Sie Ihre Selbstkontrolle trainieren

Lilli Wilken

Sie erweitern Ihre persönliche Streitkultur und bleiben gut drauf – auch wenn's brenzlig wird ...

12 Slow life/Slow down:

Durch Entschleunigung zu neuer Qualität

Wir laufen ständig auf höchsten Drehzahlen und lassen uns von schneller, höher, weiter, besser „antreiben“. Die Grenzen zwischen Arbeitszeit und Freizeit sind oft fließend oder manchmal ganz verschwunden. Der Preis, den wir dafür häufig zahlen, macht sich bemerkbar: Nachlassen der Leistungsfähigkeit, nicht abschalten können oder ausgepowert sein sind einige Merkmale.

- Nehmen Sie den Fuß vom Gaspedal
- Auch Ferrari braucht einen Boxenstopp
- Erkennen Sie Ihr Frühwarnsystem: Auftanken!
- Finden Sie Ihr eigenes „Tempo giusto“

Christine

Baumgartner

13 Jump – Grenzen überwinden – Neues wagen

Sie stehen vor neuen Herausforderungen oder Aufgaben. Seien Sie mutig, springen Sie über den eigenen Schatten, legen Sie Ihre Messlatte höher und wagen Sie vielleicht auch den Sprung ins kalte Wasser. Was kann passieren? Sie können ein wenig nass werden, aber schwimmen können Sie doch. Vielleicht erreichen Sie das Ziel mit „Bravour“! Also ... was hält mich vom Start zurück?

- Wie kann ich mich motivieren loszulaufen?
- Wie behalte ich das Ziel im Auge?
- Wann ist der richtige Moment zu springen?
- Wie vermeide ich eine Bruchlandung?

Sie nehmen einen persönlichen Ideen- und Maßnahmenplan mit, der Ihnen neue Strategien zur erfolgreichen Bewältigung des Alltags aufzeigt.

Monika

Wetterauer-Kopka

14 Projektmanagement für Assistentinnen

Projektarbeit ist vor allem Teamarbeit. Selbst wenn Sie kein „offizielles“ Teammitglied sind, so gehen jede Menge Dokumente durch Ihre Hände und Sie sind in etlichen Projektphasen involviert, bei denen es lohnt, einmal einen genaueren Blick darauf zu werfen. Denn nur was wir kennen und verstehen, können wir auf exzellente Weise meistern.

- Die wichtigsten Begriffe und Definitionen
- Phasen, Meilensteine & Co.
- Meine Rolle als Projektassistentin
- Die Projektdokumentation
- Von Projektfallen und Fallstricken

Prof. Dr. Elisabeth

Heinemann

Kompetenz-Arbeitskreise 10 und 15

Think Future – Stellen Sie die Weichen! **JETZT!**

Diese Intensiv-Arbeitskreise wenden sich an alle, die ihre berufliche Zukunft aktiv gestalten wollen. Ihre „Marktattraktivität“ zu erhalten und auszubauen, ist das Gebot der Stunde.

Teil 1 – 18. 05. – 10.00–12.15 Uhr

Expertin mit Format – Impulse zum Durchstarten!

Sie haben Erfahrung, hohe soziale Kompetenzen, Durchsetzungsvermögen und Überzeugungskraft. Sie kennen die Prozesse, besitzen das nötige Feeling, nach „oben“ und nach „unten“ professionell zu kommunizieren. Doch plötzlich sind sie da: jung, dynamisch, mit hervorragender Ausbildung, Auslandserfahrung, sprechen mehrere Sprachen – die neuen Kolleginnen und Vorgesetzten.

Wenn Sie jetzt das Gefühl haben, möglicherweise ausgebremst zu werden, ist es höchste Zeit, aktiv zu werden, um einen „seelischen Bandscheibenvorfall“ zu verhindern.

- Entdecken Sie Ihre Power-Faktoren
- Starten Sie neu durch und lösen Sie Ihre Denkblockaden
- Sprechen Sie die Sprache des Erfolges
- Nutzen Sie Ihre Energieoasen
- Entwickeln Sie Ihre ganz persönlichen Lebensziele

Lernen Sie sich und Ihren Wert neu zu schätzen und werden Sie zu einer gefragten und geschätzten „Senior-Beraterin“.

Teil 2 – 18. 05. – 13.30–16.00 Uhr

Resilienz – Ihre innere Stärke und Widerstandskraft

Resilienz gewinnt in unserer schnelllebigen Zeit mit ständig wechselnden beruflichen Anforderungen an Priorität. Resilienz beinhaltet Belastbarkeit, Spannkraft, Widerstandsfähigkeit und innere Stärke. Als „alte Häsin“ verfügen Sie über sehr viel Erfahrung, doch gibt es auch für Sie immer neue Herausforderungen. Diese können Sie mit resilientem Verhalten hervorragend meistern.

Werden Sie zur Managerin Ihrer eigenen Ressourcen. Lernen Sie die Säulen Ihrer inneren Stärke kennen und nutzen:

- Erhalten Sie sich Ihre positive, optimistische Grundhaltung
- Begegnen Sie herausfordernden Situationen lösungsorientiert
- Verstehen Sie ständigen Wandel als etwas Positives
- Achten Sie auf Ihre innere Einstellung
- Stärken Sie Ihr Selbstwertgefühl
- Werden Sie sich Ihrer Widerstandsfähigkeit bewusst

Stellen Sie sich Ihr ganz persönliches „Menü“ zusammen, wie Sie Ihre psychische Robustheit erhöhen können, denn das wird zukünftig auch für Sie erfolgsentscheidend sein.

Gerda
Bender

Diese beiden Arbeitskreise bauen aufeinander auf und sind als Einheit zu buchen.

Wiesbaden im Mai



Business zwischen Tradition und Moderne

In Wiesbaden – genannt Nizza des Nordens – treffen wir uns im Mai, dem Monat der Ärztekongresse und Internationalen Maifestspiele. Lassen wir uns von dem Wissen und dem Geist, von der Farbenpracht der Parks im Frühling und den Quellen inspirieren, tanken wir neue Energie und Motivation in herzlicher Atmosphäre.

Ihre Business-Experten



Gerda Bender ist Sportwissenschaftlerin, Geografin, NLP-Lehrtrainerin, autorisierte DISG-Trainerin, selbstständige Trainerin und Coach mit den Schwerpunkten Kommunikation und Persönlichkeitsentwicklung. Ihre Seminare, Workshops und Coachings zeichnen sich durch hohe Professionalität und motivierende Leichtigkeit aus.



Christine Baumgartner, Diplom-Sozialpädagogin, Partnerin der Winner's Edge GmbH, Managementtrainerin, Coach und Consultant für nationale und internationale Unternehmen, Durchführung und Begleitung von z. B. Projekten der Organisationsveränderung, strategische Personalentwicklungs- und Leadershipprogramme, Buchautorin.



Dr. Ilona Bürgel ist Diplom-Psychologin und Ernährungsexpertin, Coach, Referentin und Autorin aus Berufung, regelmäßiger Gast in TV und Radio, Autorin vieler Publikationen, u. a. „Yes, we can!“, sie ist Expertin für Genuss und Wohlbefinden.



Prof. Dr. Elisabeth Heinemann, Dr. rer. pol., Wirtschaftsinformatikerin, Professorin der FH Worms, arbeitet mit effactory® sehr erfolgreich als Rednerin, Management-Trainerin und Coach; „harte“ Themen oder „weiche“ Aspekte packt sie mit Herz, Humor und „resolutem Charme“ an. Sie überzeugt in Ihren Vorträgen ihr Publikum in Europa ebenso wie in den USA.



Paola Molinari, Buchautorin, systemische Supervisorin, NLP-Lehrtrainerin und -coach, ausgebildete Kinesiologin. Seit 1990 coacht sie in Firmen und begleitet Jugendliche. Bei allem, was Sie macht, unterstützt sie Menschen darin, die eigenen Stärken zu finden und Beziehungen auf hohem Niveau zu führen. Paola Molinari entwickelte 1995 das Systemische nlpK-Training.



Dr. med. Sabine Schonert-Hirz, Referentin, Coach, Unternehmensberaterin für u. a. Stressmanagement, Mentales Training, Gesundheitsmanagement; Freie Wissenschaftsjournalistin, Moderatorin von Gesundheitssendungen, Bestsellerautorin u. a. von „Meine Stressbalance“, „Machen Sie Ihren Kopf fit für die Zukunft“, Mit neuesten Erkenntnissen der Gehirnforschung. Campus, 2009.



Johannes Warth ist neben seiner Tätigkeit als Komiker und Entertainer sowie Persönlichkeitscoach seit mehreren Jahren in der Personalentwicklung tätig, wo er als Coach, Trainer und Seminarleiter arbeitet. Als Mitbegründer der Trainment Gesellschaft für Personalentwicklung ist er in die verschiedensten Motivationsprozesse und Teamtrainings unterschiedlicher Wirtschaftsunternehmen eingebunden.



Monika Wetterauer-Kopka, Dipl.-Volkswirtin mit einer umfangreichen Ausbildung in Humanistischer Psychologie/Kommunikation. Inhaberin von metedas – Ihr Spezialist für persönliche und unternehmerische Veränderungsprozesse, Coach, Referentin und Organisationsberaterin mit Herz und Verstand.



Christine Weiner hat verschiedene pädagogische Ausbildungen, BWL-Studium, NLP-Practitioner, Beratung, Coaching und Supervision, Journalistin, Autorin zahlreicher Bücher, u. a. des Bestsellers „Täglich bei Tiffany“, Redakteurin und Moderatorin im Fernseh- und Hörfunk, Trainingsschwerpunkte: Stressbewältigung, Kommunikation, Mentoring, Karriereberatung.



Lilli Wilken ist selbstständige Trainerin und Karriereberaterin, ihre Trainingsschwerpunkte sind: Imageplanung, ganzheitliche Farbberatung, Outfit im Business, Etikette sowie Persönlichkeit, Selbstmarketing und Ausstrahlung.

Anmeldung

Bitte faxen Sie an: +49 611 2049472

Hiermit melde ich mich verbindlich an:

Wiesbadener Kompetenztage 2011

17.–18. Mai 2011

Ich möchte an folgenden drei Arbeitskreisen teilnehmen:
(Bitte kreuzen Sie in jeder Reihe einen Arbeitskreis an.)

1	<input type="checkbox"/>	2	<input type="checkbox"/>	3	<input type="checkbox"/>	4	<input type="checkbox"/>	5	<input type="checkbox"/>
6	<input type="checkbox"/>	7	<input type="checkbox"/>	8	<input type="checkbox"/>	9	<input type="checkbox"/>	10	<input type="checkbox"/>
11	<input type="checkbox"/>	12	<input type="checkbox"/>	13	<input type="checkbox"/>	14	<input type="checkbox"/>	15	<input type="checkbox"/>

Zusätzlich möchte ich am Christine-Weiner-Power-Seminar teilnehmen:
„Ihr Reflexionstag: Lust auf Spitzenleistung?“ **16. 05. 2011**

Ich möchte nur an dem Christine-Weiner-Power-Seminar teilnehmen:
„Ihr Reflexionstag: Lust auf Spitzenleistung?“ **16. 05. 2011**

Vorname, Name

Firma / Branche

Abteilung / Funktion

Straße

PLZ / Ort

Telefon

Fax

USt-ID-Nr. (Bitte unbedingt angeben für Ihre Rechnung.)

Bitte senden Sie mir Informationen über zukünftige Veranstaltungen per E-Mail an:

E-Mail

Mitarbeiter/innen im Unternehmen:

1–20 21–50 51–100 101–500 501–1000 >1000

Datum, Unterschrift

Hotel

Crowne Plaza Wiesbaden
Bahnhofstraße 10–12
65185 Wiesbaden

T. +49 (0) 611 162-502
F. +49 (0) 611 162-674



Bitte reservieren Sie Ihr Zimmer direkt beim Hotel bis zum **18. April 2011** und rechnen Sie bitte direkt mit dem Hotel ab. Bei Ihrer Buchung beziehen Sie sich bitte auf das Abrufoptionale Kontingent „**Wiesbadener Kompetenztage 2011**“. Beachten Sie bitte, dass dieses Kontingent danach ausläuft. Bitte legen Sie bei Anreise im Hotel Ihre Kreditkarte vor.

Preis

Die Teilnahmegebühr für diese Veranstaltung inkl. Dokumentation, Buchgeschenken, Kaffee- und Vitalpausen, Tagungsgetränken, zwei Mittagessen und dem attraktiven Abendprogramm beträgt 1.490,- Euro zzgl. ges. MwSt. pro Person (für Kongress + Power-Seminar 1.980,- Euro zzgl. ges. MwSt. pro Person) und ist nach Erhalt der Rechnung fällig.

Sonderkonditionen:

Anmeldung bis zum **14. 2. 2011**

15 % Rabatt oder 2 Übernachtungen im Tagungshotel
(bei Anmeldung nur für das Power-Seminar erhalten Sie 10 % Rabatt).

Anmeldung bis zum **28. 2. 2011**

1 Übernachtung im Tagungshotel

(bei Anmeldung nur für das Power-Seminar erhalten Sie 10 % Rabatt).

Allgemeine Geschäftsbedingungen

Nach Eingang der Anmeldung erhalten Sie eine Bestätigung. Stornierungen (nur in schriftlicher Form) sind bis 28 Tage vor Veranstaltungsbeginn kostenfrei möglich. Danach wird die volle Teilnahmegebühr fällig. Gerne akzeptieren wir jederzeit eine/n Ersatzteilnehmer/in. Sollten Sie bis um 12.00 Uhr des ersten Veranstaltungstages feststellen, dass die Veranstaltung nicht Ihren Erwartungen entspricht, erhalten Sie die volle Tagungsgebühr abzüglich der Tagungspauschalen zurückerstattet. Bei kurzfristigen Änderungen durch höhere Gewalt, Krankheit oder Unfall eines Referenten sowie durch sonstige von **hm • cc** nicht zu vertretende Umstände wird unter Ausschluss jeglicher Schadensersatzforderungen ein/e andere/r qualifizierte/r Trainer/in benannt. Die Kongressdokumentation darf ohne schriftliche Zustimmung von **hm • cc** weder reproduziert noch an Dritte weitergeleitet werden. Wenn Sie künftig unsere Angebote nicht mehr erhalten möchten, können Sie bei uns der Verwendung Ihrer Daten für Werbezwecke widersprechen. Teilen Sie uns dies bitte schriftlich mit Ihrer Adresse mit.

Bitte senden Sie das nebenstehende Anmeldeformular per Brief, Mail oder Fax an:

hm • cc

Heidi Mathias
Postfach 3311
65023 Wiesbaden

Tel.: +49 (0) 611 2049471
Fax: +49 (0) 611 2049472
hm@heidi-mathias.de
www.heidi-mathias.de