

# Zusammenwachsen in der Krise

Stabilität und innere Stärke für Teams.



## ÜBER BENEFIT BGM

Ihr Fullservice-Experte im Betrieblichen Gesundheitsmanagement mit Fokus auf:

### ZIELGRUPPE:

- Unternehmensleitungen
- Führungskräfte
- Personalverantwortliche
- Mitarbeitende

### SPEZIALISIERT AUF:

- Veränderungsprozesse
- Krisenintervention
- Emotionale Steuerung
- Empowerment

**Aktuelle Online-FORMATE:** Webinare, Meetings etc..



### PRÄVENTION

(Stress, Ernährung, Sucht, Bewegung)



### LEBENSPHASEN

(Azubi, Berufseinsteiger, 50+ Mitarbeiter)



### CHANGE

(Veränderungsprozesse, Digitalisierung, Führung, Kommunikation)



### SCHICHTARBEIT

## HINTERGRUND

Alles geht schnell: Arbeitsabläufe werden umgestaltet, Privatleben wird anders als bisher organisiert und gemanagt. Dabei ist kaum Zeit, sich nach dem Wohlbefinden und den aktuellen Umständen der Kolleginnen und Kollegen zu erkundigen. Dabei ist ein Gefühl der Verbundenheit und Menschlichkeit gerade in dieser turbulenten Zeit wichtig. Denn es lindert die Angst, die sich momentan schneller als das Virus verbreitet.

In diesem Webinar nehmen Sie persönliche Selbstberuhigungsstrategien mit und erleben ein Gruppen-Experiment, das Sie und Ihre Kollegen und Vorgesetzten zusammenwachsen lässt. Die methodische Grundlage bildet das Zürcher Ressourcen Modell ZRM®, ein wissenschaftlich validiertes Selbststeuerungs-Training. Individuell und ressourcenorientiert stellt es die Verbindung zwischen Verstand und Gefühl dar. Und führt vom Wünschen übers Wollen zum Tun. Individuell und leicht erlernbar. Unsere digitalen Workshop- und Coaching-Formate passen zu Ihnen und in die Zeit. Genau jetzt.

# UNSERE LEISTUNGEN



## Inhalte:

### Innere Stabilität

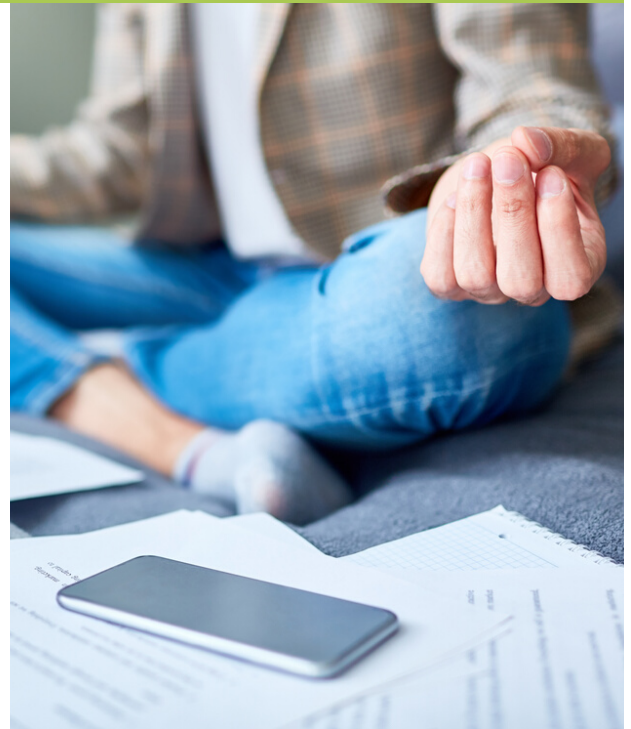
- „Angstfrei“-Strategien
- Selbstberuhigungs-Techniken

### Innere Stärke mit ZRM®

- Vom Wünschen übers Wollen zum Tun
- Mentale Stärke über das innere Bild
- Ihr persönliches Selbststeuerungs-Training

### Resilienz und Innere Stärke im Team

- Vertrauensvolles Arbeitsklima und sozialer Zusammenhalt



## Buchungsoptionen:

In Zeiten von Covid-19 können Sie all unsere Workshops wie folgt buchen:

*Wir wissen, wie es um Lage vieler Unternehmen steht. Daher fokussieren wir uns gänzlich auf alltagstaugliche Themen, die Ihnen **genau jetzt** helfen, (weiter) gesund zu arbeiten!*

### Wir möchten Ihnen entgegenkommen:

*20% Rabatt auf alle Buchungen!*

**Alle Preise sind aufgrund der aktuellen wirtschaftlichen Lage für Sie reduziert.**



## Gruppen-Workshop als interaktives Webinar

- Onlinekurs über Online-Meeting-Tool; stabiles WLAN empfohlen- keine extra Software nötig
- mit Kamerafunktion, Präsentation, Übungen & Spielen (ja, das geht! ;-))
- in wohldosierten PC-Häppchen für maximale Workshop-Erfolge

2 Stunden

jetzt nur:

~~1.500,- EUR~~  
(zzgl. MwSt)

**1.200,- EUR**  
(zzgl. MwSt)

## Durchführung:



begleitet von  
Expert/innen aus  
Wissenschaft und  
Praxis



inspirierend und  
nachhaltig



Fokus auf gestärkter  
Persönlichkeit &  
Handlungskompetenz



## DIE METHODIK

All unsere Online-Formate werden nach Absprache auf die jeweilige Zielgruppe angepasst. Sie überzeugen durch ein hohes Maß an Interaktion, Motivation, praktische Übungen und jede Menge Spaß. Erst recht in diesen Zeiten.