



Herzliche Einladung zum „schlauem Montag“ im Walbaum Haus“

Der schlaue Montag startet dieses Jahr am **06.02.2012 um 19 Uhr** mit einem hochinteressanten Thema. Wir dürfen Ihnen diesmal den Referenten Dr. Jochem Kießling-Sonntag vorstellen mit einem Vortrag zu „Belastungen im Arbeitsalltag managen“:

Anforderungen und Belastungen im (Arbeits-) Alltag nehmen zu, so der Eindruck vieler Menschen. Das Streben nach immer höherer Effizienz (mehr leisten in kürzerer Zeit), die immer höhere Komplexität der Tätigkeiten, das Anwachsen der Kommunikation (Mails, Verfügbarkeit per Festnetz und Handy) und die Entgrenzung der Arbeit (noch mal eben am Abend die Mails checken) – dies alles führt vielfach zu einem Empfinden von vermehrtem Stress, vielleicht sogar zur Sorge, in einen Burnout hineinzugeraten.

In der Veranstaltung schauen wir uns in ca. 30 Min. Belastungsfaktoren an und es sollen aus der Perspektive des Zeit- und des Stressmanagements Ansätze vorgestellt werden, wie man Alltagsbelastungen konstruktiv begegnen beziehungsweise sie ausgleichen kann.

Dr. Jochem Kießling-Sonntag ist Manager-Berater, Trainer-Ausbilder und Coach mit langjähriger professioneller Erfahrung. Mit seinem Unternehmen trainsform®, Werther, berät er Organisationen und Einzelpersonlichkeiten bei der Entwicklung und Umsetzung erfolgreicher Change- und Führungsstrategien. Zu seinem Kundenkreis zählen namhafte Wirtschaftsunternehmen verschiedenster Branchen sowie Non-Profit-Organisationen.

Anschließend haben Sie die Möglichkeit Ihre Fragen zu stellen und gewiss haben Sie die eine oder andere Frage die Sie schon immer beantwortet haben wollten.

Wir freuen uns auf einen spannenden Abend mit Ihnen.

Viele Grüße aus dem Walbaum Haus

Udo Heidemann und Team

Buchhandlung Lesezeichen
Ravensberger Str. 41
33824 Werther
Tel: 05203 / 884463

Udo Heidemann GmbH
Ravensberger Str. 16
33824 Werther
Tel: 05203 / 91850 Fax: - / 918520

Anmeldungen bitte telefonisch oder persönlich bei vorgenannten Adressen oder im Internet unter www.heidemann-finanz.de/aktuelles/treffpunkt-walbaum-haus.html

