

COOPERANTUR

Zentrum für Business und Gesundheit

Programm 2021 Workshops und Seminare



COOPERANTUR

Zentrum für Business und Gesundheit

In unserem neuen Zentrum für Business und Gesundheit möchten wir Ihnen 2021 Themen anbieten, die Ihre Neugierde wecken und Ihnen Lust auf Wissen und Perspektivenwechsel machen.

2021 bieten wir mehr als 20 Seminare und Workshops aus den folgenden Bereichen:

- Persönliches und betriebliches Gesundheitsmanagement
- Führungskompetenz
- Kommunikation
- Personalmanagement
- Bewerbungsmanagement
- Schule

Die Seminare und Workshops werden fast alle sowohl in COOPERANTUR als auch Inhouse angeboten. Sie finden entsprechende Hinweise im Katalog.

Gerne vermieten wir Ihnen auch unsere vielseitig nutzbaren Räume für Seminare, Workshops, Meetings, Beratung, Coaching, Meditationen und mehr.

Wir freuen uns auf die Begegnungen mit Ihnen.

Jahin Gehl

Uwe Bernhardt

Ansprechpartner für die Vermietung und für das Seminar-/Workshopangebot

Informationen zu den Räumen unter: www.2-blickwinkel.de/seminarraeume

eMail: Cooperantur-seminarraeume@web.de

Jahin Gehl

Naturheilpraxis Jahin Gehl

Mobil: 0177 / 5141177

www.ready-for-life.net

Uwe Bernhardt

Coaching | Beratung | Training – Uwe Bernhardt
Ansprechpartner im Referenten-Netzwerk **2blickwinkel**

Mobil: 0177 6875789

www.2-blickwinkel.de

Annika Ludwig

Teamassistentz, Office und Organisation
Coaching | Beratung | Training – Uwe Bernhardt
eMail: Cooperantur-seminarraeume@web.de

Programm 2021

Thema	Findet statt am ...	Inhouse möglich	Seminarleitung	Seite
Persönliches und betriebliches Gesundheitsmanagement				
Ernährung und Zeitmanagement im Beruf	13.03.21	x	Astrid Berg Uwe Bernhardt	1
Drinnen und draußen – Wege zu mir	27.03.21	x	Annette Adam-Huffer und Anne Heid	2
Aktive Meditation	02.05.21 10.10.21		Jahin Gehl	3
Fit for Stress!	20.05.21 05.10.21	x	Eva Herzog-Schüler	4
Sitzlust statt Sitzfrust	06.07.21	x	Eva Herzog-Schüler	5
Familie – Freizeit – Beruf Alles „unter einen Hut“ bringen?	15.07.21 16.07.21	x	Dörte Almstedt Uwe Bernhardt	6
Resilienztraining in der Natur Naturresilienz trifft Waldbaden	siehe Seite 7	x	Jutta Eich Uwe Bernhardt	7
Führungskompetenzen				
Gesundes Führen	27.04.21	x	Eva Herzog-Schüler Uwe Bernhardt	8
Führung beginnt beim Ich! - Klarheit in der Führungsrolle	08.07.21 09.07.21	x	Jahin Gehl Uwe Bernhardt	9
Coachingtools im Führungsalltag anwenden	14. & 15.10.21	x	Uwe Bernhardt	10
Führungskompetenz mit Modellen der Transaktionsanalyse	03. & 04.12.21	x	Uwe Bernhardt	11

Psychologische Spiele im Berufsalltag	09. & 10.12.21	x	Uwe Bernhardt	12
Sport und Führung Kann ich Führungskompetenz trainieren?	26. & 27.11.21	x	Sportcoach Uwe Bernhardt	13
Vom Mitarbeiter zum Vorgesetzten	20. - 22.09.21	x	Jasmin Schlimm- Thierjung	14
Train the Trainer	14. - 16.06.21	x	Jasmin Schlimm- Thierjung	15
Kommunikation				
Die Kunst, „Nein“ zu sagen	10.03.21	x	Bettina Koch Heidmarie Müller	16
Smalltalk – die hohe Kunst der leichten Kommunikation	22.03.21	x	Heidmarie Müller	17
Sicher auf glattem Parkett Sicheres und souveränes Auftreten im Berufs- und Privatleben	23.03.21	x	Heidmarie Müller	18
Sprechen im Beruf – klar, authentisch und lebendig	06.05.21	x	Bettina Koch	19
Mit Stil und Stimme	10.06.21	x	Bettina Koch Heidmarie Müller	20
Schlagfertigkeitstraining – kluge Selbstverteidigung mit Worten	30.09.21	x	Bettina Koch	21
Personalmanagement				
Beratungskompetenz für Personaler	3 Module à 3 Tage	x	Uwe Bernhardt	22
Für BewerberInnen				
Erfolgreich mit Bewerbung und Vorstellungsgespräch	03.02.21 07.10.21		Uwe Bernhardt	23
Für SchülerInnen				
Mit Rückenwind in Klasse 5	05.06.21 12.06.21		Dörte Almstedt	24

Im Anhang: Raumvermietung, Referentenverzeichnis und AGB

2 Drinnen und Draußen Wege zu mir

Zeit für sich selbst, lösen vom Alltagsgeschehen und öffnen für neue Erfahrungen – eine spannende Reise zum inneren Spüren in dieser besonderen Auszeit. Sich selbst wahrnehmen, achtsam sein, an ganz unterschiedlich inspirierenden Orten. Gehen wir in die Natur erleben wir Weite und einen Raum von Größe und Beständigkeit. Bleiben wir in der Begrenztheit des Innenraums erfahren wir einen geschützten Ort voller Geborgenheit um zu uns zu finden. Es verändern sich Blickwinkel und Perspektiven. Beides ermöglicht uns inneren Freiraum für mehr Leichtigkeit und Erholung.

Teilnehmende:

Mindestens 5

Preis:

80,00€

Umsatzsteuerfrei

Seminarleitung:

Annette Adam-Huffer

Anne Heid

Inhalte:

- Kennenlernen der Methode Focusing
- Achtsamkeit erfahren im Waldbad
- Freiraum erleben
- Veranstaltung hälftig im Seminarraum und im Stadtwald
- Bitte feste Schuhe mitbringen
- Eine Stunde Pause zum Ortswechsel

Zielgruppe:

Alle, die Freiraum erfahren und den passenden Weg zu sich finden wollen.

Termine:

Samstag, 27.03.2020
letzte Januarwoche:

10:00 Uhr bis 15:00 Uhr
Seminarwerkstadt

Preis inklusive Imbiss



Meditationstag

Teilnehmende:

Mindestens 4

Preis:

55,00€ ganztägig

15,00€ Einzelmeditation

Umsatzsteuerfrei

Seminarleitung:

Jahin Gehl

Inhalte:

- Was ist „Aktive Meditation“?
- Drei kurze Meditationen für den Alltag
- OSHO[®] Mandala Meditation
- OSHO[®] Nadabrahma Meditation
- OSHO[®] Kundalini Meditation

Termin:

Sonntag, 02.05.2021

10.00 – 17:45 Uhr

Sonntag, 10.10.2021

10.00 – 17:45 Uhr



Quelle: Martin Damboldt

2 Fit for Stress!

Die Teilnehmer sollen lernen, psychosoziale Belastungen zu vermeiden, Stress im Alltag und Beruf besser zu bewältigen, die Vorteile körperlicher Aktivitäten erkennen, sowie Stress positiv zu nutzen.

Teilnehmende:

Mindestens

12

Preis:

140,00€ zuz. USt.

Seminarleitung:

Eva Herzog-Schüler

Inhalte:

- Individuelle Stressanalyse
- A-B-C Modell
- Stressreaktionen
- Mentale Techniken / Körperliche Strategien
- Stressprävention
- Kurzfristige und langfristige Stressbewältigungsstrategien
- Stress - food
- Persönliches Stressprofil
- Aktivpausen und Bewegungsangebote
- Kennenlernen von Entspannungstechniken
- Dampf ablassen.....aber wie?

Zielgruppe:

Beschäftigte mit psychischer Belastung

Termine:

Donnerstag, 20.05.2021

Dienstag, 05.10.2021



2 Sitzlust statt Sitzfrust – auch im Homeoffice

Teilnehmende:

Mindestens 8

Preis:

140,00€ zuz. USt.

Seminarleitung:

Eva Herzog-Schüler

Beschreibung:

Dieses praxisorientierte Seminar soll zeigen, wie schon kleine Verhaltensänderungen für mehr Wohlbefinden und Gesundheit am Bildschirmarbeitsplatz sorgen können. Die Teilnehmer profitieren von konkreten ergonomischen Tipps und Tricks, Augen- und Nackenübungen, sowie speziellen Lockerungs-, Entlastungs- und Dehnübungen, die sofort am Arbeitsplatz um- und einsetzbar sind

Ziel:

Seelisches, körperliches und geistiges Wohlbefinden trotz hoher Leistungsbereitschaft und erfolgreicher Arbeitstätigkeit

Zielgruppe:

Multiplikatoren für das Thema „Gesunde Arbeit am Bildschirm“, Fachkräfte für Arbeitssicherheit, Abteilungsleiter, Betriebs- und Personalräte, alle Menschen, die täglich am Bildschirm arbeiten.

Inhalte:

- Anatomische und physiologische Hintergründe
- Wahrnehmung Sitzen - knöchernes und muskuläres System
- Anwendung der Arbeitsstättenverordnung
- Persönliche Sitzeinstellung / Sitzpass
- Analyse der eigenen Arbeitsplätze im Betrieb / im Homeoffice
- Lösungsvorschläge zur Verhaltens- u. Verhältnisprävention
- Grundkenntnisse Augen- und Sehvermögen
- Konzentrationsfähigkeit stärken
- Motivation zum aktiven Gesundheitsschutz
- Versicherungsschutz im Home – Office
- Arbeitsorganisation contra Ablenkung im Homeoffice
- **Methode:** Kurzvorträge, praktische Arbeit, praxisorientierte Gruppenarbeit

Termin:

Dienstag, 06.07.2021 ganztägig

Familie - Freizeit - Beruf

Teilnehmende:

Mindestens 5

Preis:

395,00€ zuz. USt.

Seminarleitung:

Dörte Almstedt

Uwe Bernhardt

Beschreibung:

Der Workshop bietet die Möglichkeit zur Reflexion des eigenen Verhaltens und leitet zu Lösungen an, um Beruf, Familie und den Wunsch, nach eigener Zeit "unter einen Hut zu bringen".

Der Workshop ist auch für Firmen im Rahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung und des Gesundheitsmanagements geeignet.

Zielgruppe:

Menschen im Spannungsfeld von Familie, Beruf und persönlichen Interessen

Inhalte:

- Wo bleibt mein Tag?
- Meine Standortbestimmung
- Überforderung - Burnout - Stress - Prokrastination- Resilienz
- Hintergründe, Ressourcen stärken
- Meinen Zeitdieben auf der Spur
- Familienmanagement und Beruf
- Ungeliebte Aufgaben, Zeitfresser, Unterbrechungen
- Was treibt mich an?
- Immer wieder die gleichen "Fallen" und "Antreiber"?
- Zeitmanagement
- Ausgeglichen sein zwischen Beruf und Familie - ist möglich.
- Persönliches Zeitmanagement - Tools & Tipps
- Meine Strategie entwickeln
- Ins Tun kommen

Termin:

Zweitägig

Donnerstag, 15.07.2021 bis

Freitag, 16.07.2021



Quelle: Gerd Altmann auf Pixabay

Naturresilienz trifft Waldbaden

Lebenskraft stärken – Akzeptanz, Optimismus, Selbstwirksamkeit, Beziehungspflege, kreative Lösungsdenken, Zukunft, Achtsamkeit

Teilnehmende:

Mindestens **4**

Preis:

siehe Termine

Seminarleitung:

Uwe Bernhardt

Jutta Eich

Beschreibung:

Die Workshops finden teilweise oder ganz in der Natur statt.

Die Themen lassen sich idealerweise auch in ein betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM), in eine betriebliche Gesundheitsförderung oder in eine betriebliche Eingliederungsmaßnahme einbinden. Die Inhalte sind im Rahmen eines achtwöchigen Trainings von der Zentralen Stelle für Prävention zertifiziert worden.

Inhalte:

Erleben Sie einen Tag, der Ihnen Wege zeigt, mehr Gelassenheit im Alltag zu bewahren und Ihre Kraftquellen zu stärken. Jutta Eich und Uwe Bernhardt vermitteln Möglichkeiten aus Naturresilienztraining® und Waldbaden - Achtsamkeit im Wald®.

- Natur ist ein idealer Vermittler für uns Menschen, um unsere Spannung aus dem Alltag, aus Technisierung und Digitalisierung zu regulieren und die ersehnte innere Balance (immer wieder) zu finden.
- Absichtsloses Verweilen in der Natur kann uns dabei genauso helfen, wie uns mit unseren Themen in und mit der Natur auseinanderzusetzen.
- Jutta Eich ist ausgebildete Naturresilienztrainerin und Kursleiterin für Waldbaden.
- Uwe Bernhardt ist Naturresilienztrainer und Berater für Stressmanagement (BSA).

Zielgruppe:

Menschen, die

- Impulse suchen, um Ihre Belastbarkeit und Widerstandskraft zu stärken
- in einer konkreten Belastungssituation sind und Ausgleich suchen
- naturverbundene Menschen sind bzw. schon lange die Gelegenheit suchen, sich wieder der Natur zuzuwenden

Termine:

- | | | | |
|----------------------------|----------|------------|-----------------|
| • Zukunft | Samstag, | 27.02.2021 | 11:00-18:00 Uhr |
| • Akzeptanz | Samstag, | 13.03.2021 | 10:00-17:00 Uhr |
| • Optimismus | Samstag, | 29.05.2021 | 04:30-11:30 Uhr |
| • Lösungsdanken | Samstag, | 26.06.2021 | 15:00-22:00 Uhr |
| • Selbstwirksamkeit | Sonntag, | 22.08.2021 | 06:00-13:00 Uhr |
| • Achtsamkeit | Samstag, | 11.09.2021 | 11:00-18:00 Uhr |
| • Beziehungspflege | Samstag, | 09.10.2021 | 09:00-16:00 Uhr |

Einzelworkshop: **138,00 Euro** (inklusive USt.)

3er-Paket: je Thema **98,00 Euro** (inklusive USt.)

Firmenbuchung im Rahmen BGM, BGF, BEM auf Anfrage.

Preise incl. Imbiss und Unterlagen



Gesundes Führen

Teilnehmende:

Maximal **12**

Preis:

240,00€ zuz. USt.

Seminarleitung:

Eva Herzog-Schüler

Uwe Bernhardt

Wozu:

Sie analysieren Ihre persönliche Situation und stellen Ihre Ressourcen in den Vordergrund. Auf dieser Basis wird der Bogen gespannt zu den Themen Führung und Kommunikation.

Inhalte:

- Persönliche Standortbestimmung
- Der Blick auf mich – in der Rolle der Führungskraft
- Stressoren erkennen und den persönlichen Stresswert ermitteln
- Die eigenen Ressourcen / Potentiale aktivieren
- Wie zeigt sich Ihr Rollenverständnis im Verhalten?
- Welcher Führungstyp bin ich?
- Der Blick auf den Alltag...
- Von der Haltungsebene zur Handlungsebene
- Welche Bedeutung hat die tägliche Kommunikation für gesundes Führen?
- Was brauchen Sie, was Ihre MitarbeiterInnen?
- Eigene Ressourcen nutzen und die der MitarbeiterInnen erkennen
- Wie sieht eine gesunde Kommunikation aus? - Information, Delegation, Konfliktverhalten.
- Was kann ich / will ich ändern, um gesund zu bleiben?
- Individuelle Umsetzungsmöglichkeiten für den Alltag
- Der nächste Schritt – was passt zu mir und in mein Umfeld?

Zielgruppe:

Führungskräfte und Projektleitungen

Termine:

Dienstag, 27.04.2021

ganztägig

Preis incl. Imbiss und Unterlagen

Führung beginnt beim ICH! – Klarheit in der Führungsrolle

Teilnehmende:

Mindestens

4

Preis:

395,00€ zuz. USt.

Seminarleitung:

Jahin Gehl

Uwe Bernhardt

Beschreibung:

Emotionale Intelligenz ist ein „Schlagwort“ im Führungskontext. Sie beschreibt die Fähigkeit, eigene und fremde Gefühle wahrzunehmen, zu verstehen und zu beeinflussen. Doch was ist die Grundlage dafür und wie bringt man das als Führungskraft in die Praxis? - Die Grundlagen dazu vermittelt dieser Workshop: Das eigene Wertesystem bestimmt Ihren Handlungsrahmen als Führungskraft - bewusst und unbewusst. Die daraus resultierenden Emotionen verbinden sich mit Ihrem nach außen gezeigten Verhalten. Der Workshop bietet Ihnen die Möglichkeit, sich und andere besser einschätzen zu können, um so wirksam zu kommunizieren: Die Bedeutung einer Kommunikation liegt in der Reaktion, die man erhält.

Inhalte:

Führung beginnt beim Ich! - Klarheit in der Führungsrolle

Persönliche Standortbestimmung

- Was sind meine Werte?
- Wie lebe ich meine Emotionen?
- Wie beeinflussen Werte und Emotion mein Leben?

Das Konzept des Bezugsrahmens und der Grundhaltung

- Wie beeinflussen inneren Antreiber mein Führungsverhalten und mein Team?
- Bedürfnisse und ihre Bedeutung im Führungskontext

Stresskompetenz durch Handlungsstrategien und Verhaltensänderung
Wie kann Meditation mein Führungsverhalten stärken?

Während des Seminars lernen Sie die Methode der Aktiven Meditation in praktischen Sätzen kennen.

Termin:

Zweitägig

Donnerstag, der 08.07. & Freitag, der 09.07.2021

Preis incl. Imbiss und Arbeitsmaterialien

Führungskompetenz -

Coachingtools im Führungsalltag anwenden

Teilnehmende:

Mindestens

4

Preis:

395,00€ incl. USt.

Seminarleitung:

Uwe Bernhardt

Programm:

Das Seminar gibt Anregungen und vermittelt Kenntnisse und Fertigkeiten zur Gesprächsführung, die im Coaching eingesetzt werden. Es handelt sich um lösungs- und ergebnisorientierte Techniken, die intensiv mit praktischen Beispielen (u.a. Konflikt, Rückdelegation, Frustgespräch) bearbeitet werden.

Das Seminar vertieft Grundlagenkenntnisse zum Thema Führungskompetenz und setzt diese voraus. Idealerweise haben Teilnehmer/innen daher das Seminar Führungskompetenz I der SVS oder vergleichbare Fortbildungen besucht.

Zielgruppe:

Führungs- und Leitungskräfte, „Personaler“, Projektleitung, Personal-/Betriebsräte, Frauenbeauftragte, Schwerbehindertenvertretungen

Termin:

Zweitägig

Donnerstag, 14.10.2021 & Freitag, 15.10.2021

Preis incl. Imbiss und Materialien

2 Führungskompetenz

mit Modellen der Transaktionsanalyse

Teilnehmende:	Preis:	Seminarleitung:
Mindestens 4	269,00€ zuz. USt..	Uwe Bernhardt

Beschreibung:

Die Transaktionsanalyse ist ein grundlegendes Modell aus der Psychologie, eigenes und fremdes Verhalten deutlicher wahrzunehmen und richtig einzuschätzen: Sie liefert Ihnen Informationen über Ihren persönlichen Führungs- und Kommunikationsstil.

Sie erkennen die Ursachen von Konflikten in Gesprächssituationen wird erkannt.

Sie fördert Selbst- und Sozialkompetenz und ist für Einsteiger wie für Profis geeignet.

Inhalte:

- Was ist die Transaktionsanalyse?
- Praktische Anwendungsmöglichkeiten der Transaktionsanalyse
- Einsatz der Transaktionsanalyse bei Mitarbeitergesprächen und Führungsproblemen
- Eigene Stärken und Schwächen erkennen
- Wie beeinflussen meine inneren Antreiber mein Führungsverhalten und mein Team?
- Wie kann ich andere besser überzeugen?
- Drei Regeln der Transaktionsanalyse
- Die drei ICH-ZUSTÄNDE. Wie kommuniziere ich optimal?
- Psychologische Spiele

Zielgruppe:

Fach- und Führungskräfte aus Wirtschaftsunternehmen aller Größen und Branchen sowie aus öffentlichen Verwaltungen.

Termin:

Freitag, 03.12.2021 ganztägig

Samstag, 04.12.2021 ganztägig

Preis incl. Imbiss und Materialien

2 Psychologische Spiele im Berufsalltag

Teilnehmende:

Mindestens

4

Preis:

269,00€ zuz. USt.

Seminarleitung:

Uwe Bernhardt

Beschreibung:

Im Workshop gehen Sie den eigenen und der anderen „Spieleinladungen“ auf den Grund. Sie fördern damit Gesprächs- und Führungskompetenz und unterstützen Ihr Moderations- und Gesprächsverhalten, z.B. in Teamprozessen und während Besprechungen.

Inhalte:

- Was sind psychologische Spiele und wie entstehen sie?
- Welche Bedeutung haben „psychologische Spiele“ in der Führung und im Team?
- Gibt es "Spielregeln"
- Drama-Dreieck
- Wie kann ich mit „Spielen“ umgehen?

Termin:

Tagesseminar

Donnerstag, 09.12.2021

09:30 – 17:00 Uhr

oder

Freitag, 10.12.2021

09:30 – 17:00 Uhr

Preis incl. Imbiss und Materialien

Sport und Führung – Führungskompetenz trainieren?

Teilnehmende:

Mindestens 4

Preis:

395,00€ zuz. USt.

Seminarleitung:

Uwe Bernhardt &
ein Sportcoach

Beschreibung:

Was kann ich von Sportcoaches lernen?

- Lernen hat etwas damit zu tun, in andere Themenbereiche zu schauen und sich die Frage zu stellen, was machen „die“ anders und besser? –
- Kann ich mir davon etwas „abschauen“? –
- In diesem Workshop schauen Sie in den Bereich des Sports. In einem Abgleich zwischen Trainerprinzipien, Führungsstilen und Ihren Persönlichkeitseigenschaften steht am Ende des Workshops ein individueller Trainingsplan für Sie, um Ihre Führungskompetenz zu trainieren. Systematisch. Kann man „Führen“ lernen? – Ja, kann man. Wenn man „Führung“ trainiert.

Inhalte:

- Was zeichnet eine gute Führungskraft aus?
- Die 7 Trainerprinzipien
- Führungsstile
- Wann darf man einen Trainer als gut bezeichnen?
- Das Kompetenzportfolio der guten Führungskraft
- Das Gerechtigkeitsthema
- Mein Führungsstil
- Standortbestimmung und Veränderungen
- Trainingsprinzipien und Trainingsplan für individuelle Führungskompetenz

Zielgruppe:

Führungskräfte aus Wirtschaft und Verwaltung, Nachwuchsführungskräfte

Termin:

Zweitägig Freitag, 26.11. & Samstag, 27.11.2021

Preis incl. Imbiss und Arbeitsmaterialien

2 Vom Mitarbeiter zum Vorgesetzten - Basisseminar

Teilnehmende:		Preis:	Seminarleitung:
Maximal	12	599,00€	Jasmin Schlimm-Thierjung
		Umsatzsteuerfrei	Peter Jochem Edrich

Beschreibung:

Mehr Kompetenz und Sicherheit in der neuen Führungsrolle.

Sie stehen kurz vor einer Beförderung oder erleben gerade die Herausforderungen als neue Führungskraft? Dann heißt es die Position neu zu überdenken. Unser Seminar hilft Ihnen Klarheit über die veränderte Rolle zu finden. Zielgruppe

Fach- und Nachwuchsführungskräfte, die bereits eine Führungsposition übernommen haben bzw. sich darauf vorbereiten wollen.

Ziele des Präsent-Seminars:

- Sie haben Ihre Rolle und Haltung als Führungskraft geklärt.
- Sie setzen sich mit Veränderungen auseinander.
- Sie können moderne Instrumente der Mitarbeiterführung anwenden.

Inhalte des Online-Seminars:

- Meine Führungsaufgaben im Blick
- In der "Sandwichposition": Konstruktiv mit den Erwartungen von Management und Mitarbeitern umgehen
- Kollegenbeziehungen überprüfen, korrekter Umgang mit Distanz und Nähe
- Mitarbeitermotive erkennen und Leistungsbereitschaft wachrufen
- Erfolgreiche Gestaltung der Gespräche mit Mitarbeitern
- Führungsinstrumente in der praktischen Anwendung
- Methodik oder-Kurzvortrag, Gruppengespräch, Übungen, Gruppenarbeit, Diskussion und Erfahrungsaustausch

- Voraussetzungen Es sind keine besonderen Voraussetzungen zu erfüllen.

Termin:

3-Tages-Seminar:

Montag, 20.- Mittwoch, 22.09.2021

Preis inklusive aller Materialien.

Zuzüglich: Anreise, Unterkunft und Verpflegung

Zertifikat:

Zum Abschluss erhalten Sie eine Bescheinigung über Ihre erfolgreiche Teilnahme am Basisseminar „Vom Mitarbeiter zum Vorgesetzten“.

Fördermöglichkeit:

Anrechnung von Bildungsprämien, Gutscheinen und Bildungsurlaub möglich, sprechen Sie uns an.

Train the Trainer

Teilnehmende:		Preis:	Seminarleitung:
Maximal	12	599,00€	Jasmin Schlimm-Thierjung
		Umsatzsteuerfrei	Peter Jochem Edrich

Inhalte:

Einführung in die Didaktik –

Theorie und Praxis von Lehr- und Lernprozessen. Wir analysieren und planen den Unterricht.

Einführung in die Methodik –

Kunst und Wissenschaft des Vermittelns von unterschiedlichen Visualisierungs- und Darstellungstechniken. Mit effektiver Methodik den Lehrplan verständlich und abwechslungsreich vermitteln.

Zielgruppe:

Erwachsene

- Voraussetzungen Es sind keine besonderen Voraussetzungen zu erfüllen.

Termin:

3-Tages-Seminar:

Montag, 14.- Mittwoch, 16.06.2021

Preis inklusive aller Materialien.

Zuzüglich: Anreise, Unterkunft und Verpflegung

Fördermöglichkeit:

Anrechnung von Bildungsprämien, Gutscheinen und Bildungsurlaub möglich, sprechen Sie uns an.

Die Kosten für das Seminar sind gemäß §4 Nr. 21a, bb UStG von der Umsatzsteuer befreit.

Die Kunst, „Nein“ zu sagen

Teilnehmende:

Mindestens 4

Preis:

180,00€ zuz. USt.

Seminarleitung:

Heidi Müller

Bettina Koch

Beschreibung:

Sagen Sie auch oft „Ja“, obwohl Sie lieber „Nein“ sagen würden?
Was bringt Sie dazu? Warum klingt die Stimme dann oft schroff oder schrill?
Warum fällt es vielen Menschen so schwer, „Nein“ zu sagen?

Ziel des Seminars ist es, eine Strategie zu erlernen, wie Sie „Nein“ sagen können, ohne andere zu verletzen, unhöflich zu wirken oder sich unbeliebt zu machen. Sie sollten Ihre Meinung vertreten und dabei die richtige Botschaft senden. Stilsicherheit und eine gesunde belastbare Stimme als Arbeitsmittel sind dabei von entscheidender Bedeutung. Beides ist lern- und trainierbar

Zielgruppe:

UnternehmerInnen, Fach- und Führungskräfte, Betriebs- und Personalräte, Schwerbehindertenvertretungen, Gleichstellungsbeauftragte, Lehrkräfte, Studenten...und für alle, die Schwierigkeiten beim "Nein-Sagen" haben.

Inhalte:

- Warum sagen Sie „Ja“? Die Analyse!
- Ängste vor dem „Nein“ und wie gehe ich damit um?
- Blockaden überwinden und „Ja-Fallen-Steller“ erkennen
- Der 4-Stufen-Plan zum „Nein“
- Bedeutung der Stimme in der Kommunikation
- Stimmklang und Modulation bei emotionalem Stress
- Klarheit im Ausdruck
- Praktische Übungen im Umgang mit Atem, Stimme und Artikulation

Termin:

Mittwoch, 10.03.2021 ganztägig

„Smalltalk – die hohe Kunst der leichten Konversation“

Kennen Sie das auch? Sie stehen bei einer Veranstaltung mit mehreren Personen zusammen und Ihnen fällt partout kein Gesprächsthema ein. Ein Geschäftspartner hat gerade einen Trauerfall und Ihnen fehlen die Worte. Oder Sie sind unsicher, wie man sich höflich in ein Gespräch einklinkt. Oder fragen sich generell, ob Smalltalk überhaupt sinnvoll ist?

Teilnehmende:		Preis:	Seminarleitung:
Mindestens	4	150,00€ zuz. USt.	Heidi Müller

Inhalte:

- Die Analyse – warum empfinde ich manche Situationen als schwierig?
- Wie löse ich innere Blockaden auf?
- Allgemeine Gesprächsregeln
- Körpersprache , Mimik, Gestik
- Kleine Tricks und Tipps

Methodik:

Vortrag, Diskussion, Übungen und Rollenspiele

Termin:

Montag, 22.03.2021

ganztägig

2 Sicher auf glattem Parkett

Sicheres und souveränes Auftreten im Berufs- und Privatleben

Teilnehmende:		Preis:	Seminarleitung:
Mindestens	4	150,00€ zuz. USt.	Heidi Müller

Beschreibung:

Bei der Begegnung mit anderen Menschen kommt der Persönlichkeitskompetenz, also auch dem Auftreten und Erscheinungsbild eine besondere Bedeutung zu, denn die meisten Menschen schließen von diesen Äußerlichkeiten intuitiv auf menschliche Qualitäten und fachliche Fähigkeiten. Auftreten, Erscheinungsbild, Umgangsformen prägen und gestalten die Persönlichkeit und geben ein erstes Bild. Gutes Auftreten und gewinnende Repräsentation sind Erfolgsfaktoren und ein gutes Fundament für nachhaltigen gesellschaftlichen und beruflichen Erfolg.

Wird das Auftreten vom Gegenüber als unpassend empfunden, kann es als Provokation, Missachtung, Überheblichkeit oder auch als Unbeholfenheit ausgelegt und so ein negativer Eindruck vermittelt werden. Oft ist man sich dieser Wirkung und des damit verbundenen Risikos nicht bewusst, denn die Bewertung erfolgt allein durch den Anderen. Deshalb ist es wichtig, die üblichen Standards, an denen man sich im Allgemeinen orientiert, zu kennen.

Inhalte:

- Positiv auf Andere wirken – warum ist das so wichtig?
- Erscheinungsbild, Kleidung und Outfit, Dress-Codes
- Begrüßung, Vorstellung, Anrede, Visitenkarte – was ist zeitgemäß?
- Nie mehr sprachlos – die hohe Kunst des Smalltalk
- Telefon- und E-Mail-Knigge
- 1 x 1 der Tischmanieren und Buffet-Etikette
- Verhaltenstipps für den Berufsalltag und für besondere Situationen

Ziele:

Das Seminar vermittelt die derzeit geltenden Standards für Umgangsformen im Privat- und Berufsleben und schafft Bewusstsein für deren Bedeutung und Wirkung auf Andere. Darüber hinaus sensibilisiert das Seminar für die aus Kultur und Tradition resultierenden Unterschiede und gibt beispielhaft Einblicke in fremde Usancen.

Termin:

Dienstag, 23.03.2021

ganztägig

2 Sprechen im Beruf –

Klar, authentisch, lebendig

Teilnehmende:

Mindestens

4

Preis:

395,00€ zuz. USt.

Seminarleitung:

Bettina Koch

Wozu?:

Wirkungsvolle Gespräche, wirkungsvolle Auftritte!

Die Stimme wirkt, und die Stimme verbindet.

- Die Stimme ist Ihr wichtigstes Kommunikationsmittel. Sie muss belastbar, klangvoll und schwingungsfähig sein, ob am Telefon oder im persönlichen Kontakt mit Ihren Kunden und Mitarbeitern.
- Mentale Präsenz, eine Stimme, die mit Ihnen durch dick und dünn geht, bewusste Atemtechnik und eine klare Körpersprache helfen, an der richtigen Stelle das richtige Wort zu ergreifen.
- Die Stimme entscheidet darüber, wie sympathisch uns ein Mensch ist, und ob wir ihn für kompetent und verlässlich halten. Die ersten Sekunden legen den Grundstein für ein erfolgreiches Gespräch.
- Halten Sie Blickkontakt?
- Setzen Sie Pausen?
- Verunsichert Sie Ihr Dialekt?
- Welche Ausspracheregeln gibt es?
- Wie klingt Ihre Stimme in angespannten Situationen?
- Mögen Sie Ihre Stimme auch bei Eskalationsfällen und in Konfliktsituationen?
- Bleiben Sie freundlich und dennoch bestimmt?

Methodik:

- Improvisationen
- Rollenspiele
- Praktische Übungen zur Stabilisierung der Stimme
- Individuelle Ausarbeitung wortgewandter Antworten

Inhalte:

- Souveräner und begeisterter Einsatz der Stimme,
- Freude am Sprechen
- Dialektunsicherheiten klären
- Stilmittel wie der gezielte Einsatz von Pausen
- Sinnschritte setzen zur Strukturierung der Sprache
- Richtiges Sprechtempo als Gegenwehr für Schnellredner*innen und „Ähm“-Spezialist*innen
- Praktische Übungen zum Umgang mit Atem, Stimme und Nervosität aus dem Schauspieltraining und der Sprecherziehung
- Textanalyse
- Pannentraining
- Situativ eingebrachte Beispiele aus dem Teilnehmerkreis
- Kurzpräsentationen

Zielgruppe:

Menschen, die beruflich viel sprechen

Termin:

Donnerstag, 06.05.2021, ganztägig

Mit Stil und Stimme

Dieses Seminar bieten wir als ein- oder mehrtägiges Seminar an. Der Unterschied ist die Intensität. Bei eintägigen Seminaren steht die Vermittlung des theoretischen Wissens im Vordergrund. Bei mehrtägigen Seminaren haben die Teilnehmer durch Rollenspiele, Übungen, Diskussionen, Gruppenarbeit die Möglichkeit, das Erlernte anhand praktischer Übungen zu verinnerlichen. Das Seminar wirkt dadurch nachhaltiger.

Teilnehmende:		Preis:	Seminarleitung:
Mindestens	4	180,00€ zuz. USt.	Heidi Müller Bettina Koch

Zielgruppe:

Das Seminar richtet sich an Personen, die sicher und souverän auftreten wollen.

Ziel:

Das Seminar vermittelt die derzeit geltenden Standards für Umgangsformen im Geschäfts- und Berufsleben und schafft Bewusstsein für deren Bedeutung und Wirkung auf Andere und es werden Strategien und Techniken erlernt, wie man die eigene Stimme klangvoller, überzeugender und schonender einsetzen kann.

Beruflicher und unternehmerischer Erfolg sind nicht nur eine Frage der fachlichen Kompetenz. Wer sich oder sein Unternehmen optimal in Szene setzen will, sollte über professionelles Business Behaviour und geeignete Sprechtechniken verfügen. Beides ist lern- und trainierbar!

Dieses Knowhow erleichtert Kontaktaufnahmen, Reden zu halten, in Gesprächsrunden, Konferenzen, Tagungen das Wort zu ergreifen, Statements abzugeben und hinterlässt stets einen guten Eindruck. Sicheres, souveränes Auftreten und eine gesunde, belastbare Stimme gehören zum guten Selbstmarketing. So vermeiden Sie peinliche Ausrutscher auf dem glattem Parkett; der beruflichen Begegnungen und bei offiziellen Veranstaltungen!

Termin:

Donnerstag, 10.06.2021

ganztägig

Inhalte:

Business Behaviour

- Positiv auf Andere wirken– warum ist das so wichtig?
- Image und angenehme Gesprächsatmosphäre als Erfolgsfaktoren (Erscheinungsbild, Business-Kleidung, Dress-Codes, Knowhow der Repräsentation)
- Haltung, Körpersprache, Distanzzonen
- Wenn es mal offizieller oder formeller wird
- ...

Voice-Coaching – Arbeit an Stimme und Ausdruck

- Bedeutung der Stimme in der Kommunikation
- Funktion der Sprech-, Stimm- und Atemorgane
- Einfluss der Stimme auf die Einschätzung von Glaubwürdigkeit und Kompetenz
- Atem-, Stimm- und Sprechtechniken
- Sprechen mit und ohne Mikrofon
- Stimmprobleme in Stress- und Konfliktsituationen
- Entspannungstechniken und Tipps zur Stimmpflege
- Praktische Übungen im Umgang mit Atem, Stimme und Artikulation



Schlagfertigkeitstraining – kluge Selbstverteidigung mit Worten

Teilnehmende:	Preis:	Seminarleitung:
Maximal 12	180,00€ zuz. USt.	Bettina Koch

Wozu:

- Den meisten Menschen fällt die passende Antwort auf einen dummen Spruch leider erst zu Hause ein. Schlagfertigkeit ist das schnelle Handeln in unvorhersehbaren Situationen. Eine Kunst, die gelernt werden kann und bei der es gilt, Blockaden locker zu überwinden. Auf diese Sprüche intelligent, raffiniert und gekonnt zu reagieren, das ist Übungssache.
- Bei der Schlagfertigkeit liegt das Hauptgewicht weder auf dem „Schlagen“ noch auf dem „Fertigmachen“. Schlagfertigkeit ist Kampfkunst mit Gedanken, wir trainieren unsere „mentale Präsenz“. Sie wenden Eskalationen ab und nehmen „Angriffe“ nicht mehr persönlich.
- Im Seminar arbeiten Sie Ihre individuellen Möglichkeiten aus, auf Besserwisser und diese Sprücheklopfer zu reagieren. Die Referentin vermittelt Übungen, die Ihre Stimme stabilisieren, so dass Sie sich insbesondere in stressigen Situationen auf sie verlassen können. Sie werden gekonnte Antworten ausarbeiten, die alltagstauglich und humorvoll sind, und gleichzeitig zu Ihnen

Inhalte:

- Souveräner Einsatz der Stimme und des Atems
- Position beziehen, ohne dass Ihre Stimme versagt
- Blicke und Sprechpausen gezielt setzen
- Sich eigener Glaubenssätze bewusst werden, die Sie von einer schnellen Reaktion in kniffligen
- Situationen abhalten
- Provokationen ins Leere laufen lassen
- Gekonnt Pointen setzen
- Ausarbeitung „kabarettreifer“ Antworten

Zielgruppe:

Zum Beispiel: Fach- und Führungskräfte, Betriebs- und Personalräte, Schwerbehindertenvertretungen, Gleichstellungsbeauftragte, Lehrkräfte, Studenten ...

Termin:

Donnerstag, 30.09.2021

ganztägig (8h mit Pause)



Beratungskompetenz für Personaler

Teilnehmende:		Preis:	Seminarleitung:
Mindestens	4	595,00€ pro Modul	Uwe Bernhardt
Inhouse		zuz. USt.	

Beschreibung:

Personaler führen viele Beratungsgespräche mit unterschiedlichen Gesprächspartnern. Die Schwierigkeit der Beratungsgespräche hängt von der persönlichen Disposition (z.B. persönliche Verfassung, Selbstverständnis, Methoden, Selbst- und Sozialkompetenz), den Persönlichkeiten der Gesprächspartner, den Themen, der hierarchischen Strukturen und der Rolle, die im Personalwesen in der Firma und vom Gesprächspartner gesehen wird, ab.

Die Beratungskompetenz der Personaler entscheidet oft darüber, ob konstruktiv, lösungsorientiert ein Ergebnis zustande kommt, das vom Gesprächspartner akzeptiert und in die Praxis umgesetzt wird. Damit steht und fällt zugleich das Image und die Rolle und Akzeptanz des Personalwesens als Business-Partner. Die Interventionen sind darauf hin ausgesucht, in der Praxis in vielseitigem Kontext sowohl hinsichtlich der Teilnehmenden als auch der Räumlichkeiten hin einsetzbar zu sein.

Ziel:

Praxisorientierte Befähigung der Personalfachleute, in unterschiedlichen Gesprächssituationen auf ein Wissen zur konstruktiven Gesprächsführung, angepasst an Thema und Teilnehmende, zurück zu greifen.

Methodik:

Das Angebot baut sich aus einer Einführung und drei Modulen auf. Die Module vermitteln Basiswissen, spezielle Interventionsmöglichkeiten aus der Coach-Praxis sowie das Wissen um die Steuerung eines kompletten Gesprächsverlaufs.

- Jede Seminareinheit wird einen Input enthalten, der sich mit den individuellen Erfahrungen der Teilnehmerinnen und Teilnehmer verknüpft, einem ausführlichen Transferteil, um den Input erfahrbar zu machen und einen anschließenden Auswertungsteil. Das Ziel ist, die Autonomie und Kompetenz im Gespräch zu fördern.
- Gearbeitet wird grundsätzlich mit Flipchart, Moderationswand, Karten sowie mit anderen, zur Verfügung stehenden Möglichkeiten, die typischerweise in Büros oder Sitzungsräumen zur Verfügung stehen.

Inhalte:

Modul I (3 Tage)

Reflexion der Rolle „Personal“

Systemische Grundsätze

Grundlagen - In jeder Situation hilfreiche Gesprächstechniken

Modul II (3 Tage)

Spezielle Interventionsmöglichkeiten

Modul III (3 Tage)

Möglichkeiten zur Strukturierung von Gesprächen unter Einsatz der

Gesprächstechniken

Termin:

Neun Tage

incl. Imbiss und Arbeitsmaterialien

Die Seminarzeiten werden nach betrieblichen Bedürfnissen abgesprochen.

Erfolgreich

mit Bewerbung und Vorstellungsgespräch

Teilnehmende:	Preis:	Seminarleitung:
Mindestens 4	98,00€ zuz. USt.	Uwe Bernhardt

Wozu:

Das Seminar befasst sich mit Bewerbungsschreiben und dem Auftritt im Vorstellungsgespräch. Die Teilnehmenden lernen, worauf es in der schriftlichen Bewerbung ankommt und bereiten sich auf die Selbstdarstellung in Vorstellungsgesprächen vor.

Es geht vor allem um eins: Sich von den anderen Mitbewerbern positiv zu unterscheiden. Dafür kann jede Bewerberin, jeder Bewerber mit vielen Kleinigkeiten etwas tun und dabei authentisch bleiben.

Der Trainer verfügt über langjährige Erfahrung als Personalleiter in Auswahlverfahren sowie als Vermittlungcoach in Transfergesellschaften.

Inhalte:

Die Bewerbung

- Wie fertige ich erfolgreiche Anschreiben?
- Wie wichtig ist das ausgeschriebene Anforderungsprofil?
- Worauf kommt es in Auswahlverfahren an?
- Initiativbewerbungen?

Das Vorstellungsgespräch

- Wie bereite ich mich vor?
- Wie präsentiere ich mich mit meinem Lebenslauf?
- Wie beschreibe ich meine Stärken und Schwächen am besten?
- Wie antworte ich auf Fragen zu Teamfähigkeit, Belastbarkeit, Flexibilität und anderen „sozialen“ Kompetenzerfordernissen?
- Wie unterscheide ich mich positiv zu anderen BewerberInnen?

Termine:

Mittwoch, 03.02.2021	ganztägig
Donnerstag, 07.10.2021	ganztägig

Preis incl. Imbiss und Unterlagen

2 Mit Rückenwind in Klasse 5

Der Übergang in die fünfte Klasse bedeutet in der Regel auch einen Übergang auf eine neue Schule mit neuen Klassenkameraden, neuen Lehrern, neuen Fächern und neuen Anforderungen. Hier ist Zeit und Raum, sich auf diesen Schritt vorzubereiten, Befürchtungen zu thematisieren, Rückschau auf bereits Gelerntes zu halten und Selbstvertrauen zu tanken.

Teilnehmende:		Preis:	Seminarleitung:
Mindestens	4	120,00€ zuz. USt.	Dörte Almstedt

Inhalte:

- Meine bisherigen Lernerfahrungen
- Wovor habe ich Angst, was macht mich unruhig, wenn ich an die 5.Klasse denke?
- Gehirntraining
- Organisationstipps
- Wenn es mal nicht richtig läuft: Klassenarbeiten, Hausaufgaben etc.
- Entspannungsübungen
- Nervennahrung oder „Kann man gesund naschen?“
- Lerntypen – Von den eigenen Stärken profitieren

Zielgruppe:

Schülerinnen und Schüler der Klassenstufe 4, die nach den Sommerferien auf die weiterführenden Schulen wechseln.

Termine:

Samstag, 05.06.2021, 10.00 Uhr bis 14.00 Uhr oder
Samstag, 12.06.2021, 14.00 Uhr bis 18.00 Uhr

Unser Angebot:

5 Std. à 45 Minuten

Verpflegung:

Brainfood, Wasser, Saft



Quelle: Gerd Altmann auf Pixabay

COOPERANTUR

Unsere Räume – auch zum Mieten!



Die Räume werden von Jahin Gehl und Uwe Bernhardt unterhalten und vermietet.



Vielseitige Nutzbarkeit:

Zum Beispiel für:

- Seminare
- Workshops
- Meetings
- Coaching
- Beratung
- Meditationen
- Yoga



Coaching / Beratung

- Helle Räume
- Parkflächen
- Gute Erreichbarkeit
- Neuland-Workshopmaterialien
- Große Küche mit Ausstattung
- Gastronomie im Umfeld



Küche

Unsere Referentinnen und Referenten

alphabetisch

Annette Adam-Huffer

- Dipl.-Sozialpädagogin
- Naturpädagogin
- Natur-Resilienz-Trainerin®
- Kursleiterin Waldbaden-Achtsamkeit im Wald®
- Focusingtrainerin
- Inhaberin der "Seminarwerkstatt"

Website: www.seminar-werkstatt.net

Die Seminare und Workshops werden sowohl in COOPERANTUR als auch Inhouse angeboten.

Netzwerkpartnerin in
www.naturzeit-saar.de



Dörte Almstedt

- Dörte Almstedt ist unsere Spezialistin für das Thema "Menschen im Spannungsfeld Familie - Beruf – Freizeit" im Themenbereich Betriebliche Gesundheitsförderung.
- Inhaberin von „leben plus lernen“

Die Seminare und Workshops werden sowohl in COOPERANTUR als auch Inhouse angeboten.

Website: www.lebenpluslernen.de

Netzwerkpartnerin **2blickwinkel**



Astrid Berg

- Astrid Berg steht in unserem Netzwerk für die Themen "Ernährung & Zeitmanagement" sowie "Yoga" und ist Netzwerkpartnerin im Themenbereich Betriebliche Gesundheitsförderung.
- Inhaberin von Maitri Zentrum für Yoga und Ernährung

Die Seminare und Workshops werden sowohl in COOPERANTUR als auch Inhouse angeboten.

Website: www.saarland-yoga.de

Netzwerkpartnerin **2blickwinkel**



Uwe Bernhardt

- Langjährige Führungs- und Projekterfahrung in Personalbereichen
- Dipl-Verwaltungswirt (FH) & Betriebswirt (VWA)
- Coach (IHK), Systemisch-integral, Aufstellung, NLP, Transaktionsanalyse, Introvision
- Natur-Resilienz-Trainer®
- BIG 5 - LINC Personality Profiler Trainer/ Coach
- Berater für Stressmanagement (BSA)
- Inhaber von „Coaching-Beratung-Training – Uwe Bernhardt“

Uwe Bernhardt ist Ansprechpartner

- im Netzwerk **2blickwinkel**
www.2-blickwinkel.de
- sowie für die Vermietung von Räumen im Seminarzentrum COOPERANTUR.

Die Seminare und Workshops werden sowohl in COOPERANTUR als auch Inhouse angeboten.

Website:
www.vertrau-dem-prozess.de

Netzwerkpartner in www.naturzeit-saar.de



Dipl. Ing (FH) Peter Jochem Edrich

Peter Edrich

- Diplomingenieur Architektur (FH)
- Sicherheitsingenieur und Fachkraft für Arbeitssicherheit
- Sicherheits- und Gesundheitskoordinator
- Ausbildung zum Erlebnispädagogen

Fort- und Weiterbildung in den Bereichen:

- Motivationspsychologie
- Berufspädagogik
- Mediation, Konflikte lösen
- Motivation, Schlüssel zum Erfolg
- Präsentationstechniken
- Systematischer Arbeitsschutz
- Betriebswirtschaft in sozialwirtschaftlichen Dienstleistungsunternehmen

Die Seminare und Workshops werden sowohl in COOPERANTUR als auch Inhouse angeboten.

Website:

www.zielweiser.de und www.waldbaden-akademie.com

Die Deutsche Akademie für Waldbaden und Gesundheit und **2blickwinkel** sind Netzwerkpartner.



Jutta Eich

Jutta Eich ist

- Naturkosmetikerin,
- Erzieherin
- Natur-Resilienz-Trainerin®
- Natur- und Achtsamkeitstrainerin
- Übungsleiterin Waldbaden und Breathwalk
- Inhaberin von "Individuation"

Die Seminare und Workshops werden sowohl in COOPERANTUR als auch Inhouse angeboten.

Website: www.juttaeich.de

Netzwerkpartnerin in www.naturzeit-saar.de



Iris Jahin Gehl

- Iris Jahin Gehl ist Heilpraktikerin, spezialisiert auf aktive Meditationen und ist Netzwerkpartnerin im Themenbereich Betriebliche Gesundheitsförderung.
- Inhaberin der Naturheilpraxis Iris Jahin Gehl

Iris Gehl ist Ansprechpartnerin für die Vermietung von Räumen im Seminarzentrum.

Die Seminare und Workshops werden sowohl in COOPERANTUR als auch Inhouse angeboten.

Website: www.ready-for-life.net

Netzwerkpartnerin **2blickwinkel**



Anne Heid

- Dipl.-Sozialarbeiterin
- Familientherapeutin
- Focusing Begleiterin
- Focusing Trainerin

Die Seminare und Workshops werden sowohl in COOPERANTUR als auch Inhouse angeboten.



Eva Herzog-Schüler

- Eva Herzog-Schüler ist spezialisiert auf die Themen Gesundheit & Führung sowie BGM; sie ist Netzwerkpartnerin in der betrieblichen Gesundheitsförderung und im betrieblichen Gesundheitsmanagement
- Fachkraft für Arbeitssicherheit & Arbeitsbewältigungs Coach
- Ergophysconsult: Ergonomie- und Präventionsberaterin zum Thema BGM
- Inhaberin von Herzog – Arbeits- und Gesundheitsschutz

Die Seminare und Workshops werden sowohl in COOPERANTUR als auch Inhouse angeboten.

Website: www.physio-herzog.de

Netzwerkpartnerin **2blickwinkel**



Bettina Koch

- Schauspielerin, Kabarettistin, Stimm- und Sprechtrainerin.

Die Seminare und Workshops werden sowohl in COOPERANTUR als auch Inhouse angeboten.

Website: www.bettinakoch.de

Netzwerkpartnerin **2blickwinkel**



Heidemarie Müller

- Langjährige Protokollchefin der saarländischen Landesregierung
- Autorin des Buches "Sicher auf glattem Parkett".
- Humorvolle Kennerin der Umgangsformen im Beruf und im Privatleben

Die Seminare und Workshops werden sowohl in COOPERANTUR als auch Inhouse angeboten.

Website: www.heidemarie-mueller.de

Netzwerkpartnerin **2blickwinkel**



Jasmin Schlimm-Thierjung

Meine Leidenschaft gilt den Menschen und einer ganzheitlichen Philosophie. Meinen Weg fand ich durch Ausbildungen in den Bereichen Coaching, Natur- und Erlebnispädagogik, Entspannungs- und Achtsamkeits-techniken, Gewalt- und Konfliktbewältigung sowie Mental- und Kommunikationstraining.

Schwerpunkte

- Coaching-, Entspannungs-, Natur- und Erlebnispädagogin
- Marte Meo Supervisorin
- Mentaltraining
- Achtsamkeitstechniken
- Konfliktbewältigung
- Kommunikationstraining

Die Seminare und Workshops werden sowohl in COOPERANTUR als auch Inhouse angeboten.

Website:

www.zielweiser.de und www.waldbaden-akademie.com

Die Deutsche Akademie für Waldbaden und Gesundheit und **2blickwinkel** sind Netzwerkpartner.



Auszug
Allgemeine Nutzungsbedingungen für COOPERANTUR,
Zentrum für Business und Gesundheit,
Rubensstraße 48, 66119 Saarbrücken
Stand: 08.12.20

Die AGB finden Sie in der kompletten Fassung auf der Website www.2-blickwinkel.de unter „Seminarräume“.

Auszug

Vermieter der Räume COOPERANTUR - Zentrum für Business und Gesundheit, Rubensstraße 48, 66119 Saarbrücken sind Iris Gehl und Uwe Bernhardt.

§ 4 Sicherheit und Ordnung

Die Aufrechterhaltung von Sicherheit und Ordnung in den gemieteten Räumlichkeiten obliegt dem Mieter vor, während und nach der Veranstaltung. Der Mieter trifft alle dafür erforderlichen Vorkehrungen. Zur Gefahrenabwehr können wir alle erforderlichen Maßnahmen und Vorkehrungen treffen, ohne dass den Mieter ein Verschulden treffen muss.

§ 5 Überlassung und Rückgabe der Mietsache

Zum Zwecke der Übergabe hat der Mieter die Mietsache jeweils vor und nach der Veranstaltung mit uns zu begehen. Etwaige Beschädigungen während der Mietzeit sind uns unverzüglich schriftlich zu melden.

Der Mieter verpflichtet sich, den ihm ausgehändigten Schlüssel nicht an Dritte weiterzureichen, insbesondere Kopien hiervon anzufertigen bzw. anfertigen zu lassen.

Nach Beendigung des Mietverhältnisses sind die Räume vom Mieter abzuschließen und der Schlüssel spätestens bis zum Ablauf des Folgetages der Veranstaltung an uns zurückzugeben.

Der Mieter hat die Mietsache pünktlich zu dem vereinbarten Zeitpunkt zurückzugeben, andernfalls hat er uns entstandenen Verzögerungsschaden zu ersetzen, wenn er die Verzögerung zu vertreten hat.

Der Mieter hat die Mietsache einschließlich der gemieteten technischen Einrichtungen, der gemieteten Gegenstände wie Tische, Stühle usw. in dem Zustand zurückzugeben, in dem er sie in Besitz genommen hat. Er hat sämtliche von ihm eingebrachten Gegenstände, Einrichtungen usw. spätestens am nächsten Werktag nach der Veranstaltung zu entfernen.

Nach Beendigung seiner Veranstaltung und vor Ablauf der vertraglichen Mietzeit hat der Mieter auf seine Kosten eine grobe Grundreinigung (besenrein) durchzuführen und Abfälle jeglicher Art zu entfernen. Spätestens zum Ende der Mietzeit sind vom Mieter eingebrachte Gegenstände zu entfernen. Im Übrigen sind die Aushänge in den Mieträumen zu beachten.

Das Anbringen von Dekorationen ist rechtzeitig vorher mit uns zu besprechen. Wände und sonstige Flächen dürfen nicht beschädigt werden. Die Dekoration ist unverzüglich nach der Veranstaltung oder nach Vereinbarung mit uns abzubauen. Das Dekorationsmaterial

