

## Kurzinformation:

---

Seminarbereich:	Persönlichkeit & Persönlichkeitsentwicklung
Seminar:	Das Natürliche Führungskräfteseminar für Environment Social Governance (ESG) Achtsamkeit und Verantwortung in meinem Beruf, meiner Familie, Umwelt und für mich. Ein Persönlichkeitstraining auf dem Bauernhof für Führungskräfte
Trainer:	Dr. Georg Lexer   Andrea Unterguggenberger   Benno Steiner
Inhalte:	Personal ist der Erfolgsfaktor der Zukunft. Mittlerweile zeigt sich aber an den physischen und psychischen Ausfällen von wichtigen Führungskräften, dass es mindestens so wichtig wäre diese Mitarbeiter körperlich und seelisch zu stabilisieren und ihnen nicht nur die Verantwortung für das Unternehmen, sondern auch für die Gesellschaft, Umwelt, Familie und sich selbst wieder deutlich zu machen (Environment Social Governance (ESG))
Ziele:	Wir möchten Führungskräfte zum innehalten bringen. Sie sollen neue Kräfte tanken und sich ihrer Verantwortung für das Unternehmen, für die Umwelt, aber auch für die Familie und für sich bewusst werden. Wir werden Lösungsansätze aufzeigen und damit helfen die Zufriedenheit zu steigern und den Mitarbeiter ausgeglichener und damit auch psychisch und physisch stabiler zu machen.
Methoden:	Erlebnis- und erfahrungsorientierte Vermittlung von Inhalten Selbstreflexion in Einzelarbeit Kleingruppenberatung, Austausch in der Gruppe Feedback, Einzelgespräche mit den Trainern
Zielgruppe:	Unternehmer, leitende Mitarbeiter und Führungskräfte
Vorerfahrungen:	sind nicht notwendig
Kleidung:	legere Kleidung, festes Schuhwerk und Wetterschutzkleidung
Datum und Dauer:	Freitag, 20.09.2019 bis Sonntag, 22.09.2019
Veranstaltungsort:	A-9653 Liesing im Lesachtal /Kärnten
Kosten:	1.050 € inkl. MwSt
Fragen und Anmeldung:	<a href="mailto:info@bennosteiner.de">info@bennosteiner.de</a> oder +49.0.8035.9558228 <a href="mailto:peintnerhof@auszeithof.com">peintnerhof@auszeithof.com</a> und Tel.: +43(0)4716-273

# Seminarangebot:

---

## Das Natürliche Führungskräfteseminar: Arbeit – Umwelt – ICH

### Environment Social Governance (ESG)

#### **DAS NATÜRLICHE FÜHRUNGSEMINAR**

Über eines sind sich Führungsverantwortliche einig:

Das Personal ist der Erfolgsfaktor der Zukunft! Und die erfolgreiche Führung der Mitarbeiter ist eine der wesentlichen Aufgaben, denen sich Unternehmen heute und in Zukunft stellen müssen. Was aber wenn die Anforderungen an die Mitarbeiter immer größer werden und die Gefahr besteht, dass sich die Mitarbeiter anders orientieren. Was wenn sie den Arbeitgeber wechseln weil sich die Anforderungen verändern oder es einfach zu viel wird. Was wenn sie wegen Überlastung oder aus psychischen Gründen physisch bedingt ausfallen?

Wir möchten Führungskräfte zum inne halten bringen. Wir möchten ihnen helfen neue Kraft zu tanken und sich ihrer Verantwortung für das Unternehmen, für die Umwelt, aber auch für die Familie und für sich bewusst zu werden.

Wir werden Lösungsansätze aufzeigen und damit helfen die Zufriedenheit zu steigern und den Mitarbeiter ausgeglichener und damit auch psychisch und physisch stabiler zu machen.

Wir unterstützen Führungskräfte damit sie ihre Rolle wieder wahrnehmen und eventuell nach Jahren der Erfahrung neue Impulse aufnehmen und Ihren Status überdenken können.

Viele Seminare für Führungskräfte sind darauf ausgerichtet die Leistung weiter zu steigern und zu optimieren.

Mittlerweile zeigt sich aber an den physischen und psychischen Ausfällen von wichtigen Führungskräften, dass es mindestens so wichtig wäre diese Mitarbeiter körperlich und seelisch zu stabilisieren und ihnen nicht nur die Verantwortung für das Unternehmen, sondern auch für die Gesellschaft, Umwelt, Familie und sich selbst wieder deutlich zu machen (Environment Social Governance (ESG))

#### **INTERESSANT FÜR**

Gerade die derzeit laufende Umweltdiskussion zeigt wie wichtig die Environment Social Governance (ESG) für Unternehmen ist. Daher ist dieses Seminar gerade für Führungskräfte interessant die das Unternehmen nach außen repräsentieren und/oder auch für Menschen die sich ihrer besonderen Verantwortung jedes einzelnen von uns für die Umwelt und das Zusammenleben erkannt haben. Beruf, Gesellschaft und dann auch noch Familie und das eigene Ich. Alle Anforderungen zu erfüllen und jedem gerecht werden kann ganz schön anstrengend werden. Viele von uns sind durch Stress, Hektik und Belastungen überfordert. Physische und psychische Probleme sind die Folgen. Wir funktionieren nur noch, wir laufen und rennen und trotzdem reicht es nie.

## IHR NUTZEN

Unsere Wochenend-Seminare geben ihnen die Möglichkeit, erfolgreiche Handlungsalternativen kennen zu lernen und zu üben, um sie dann auch in deinem Alltag anzuwenden. Du erfährst über Handlungswerkzeuge und kannst grundlegende positive Veränderungen erreichen, mit denen sie ihre beruflichen Tätigkeiten bewusster gestalten und deine Beziehungen sowie deine Lebensqualität deutlich verbessern kannst.

Du erlernst Grundlagen der Verhaltensprägung, verbesserst deine Führungsqualitäten und soziale Kompetenzen, gewinnst oder stärkst den Zugang zu deiner emotionalen Intelligenz und wirst Achtsamer gegenüber deiner Umwelt, Mitmenschen und auch dir selbst.

In einer Gruppe lernst du neue Sichtweisen kennen, übst Handlungsalternativen und wirst feststellen, dass du mit deinen Problemen, Themen und Herausforderungen nicht alleine bist. Du wirst sehen: Zusammen und mit Unterstützung kannst du leichter darüber hinauswachsen.

Zudem wird dieses Angebot auf die Jahreszeiten abgestimmt. Alle gesundheitsfördernden Elemente wie: Wald, Wiese, Wasser, Alm, Ruhe, Stille, Farben der Natur usw. sind unmittelbar erlebbar. Daher kann es, witterungs- und saisonbedingt, zu Programmänderungen und -verschiebungen kommen.

## ZIELE DIESES SEMINARS SIND:

Wir möchten Sie zum Innehalten bringen.

Wir möchten Sie zu mehr Achtsamkeit führen – sich und anderen gegenüber und wir werden Ihnen aufzeigen was SIE davon haben.

Aussteigen, mal zur Ruhe finden

Klären, warum handeln und verhalten wir uns so, wie wir es tun?

Was können wir dagegen unternehmen?

- Gesunde Ernährung
- Bewegung/Tätigkeiten
- Seelische Gesundheit
- Epigenetik (Verhaltensweisen können vererbt werden)

## VORERFAHRUNGEN

sind nicht notwendig, es genügen deine Bereitschaft und Neugier. Es ist eine normale psychische und physische Belastbarkeit notwendig. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung und ersetzt keine ärztliche Behandlung oder Therapie.

## IHRE TRAINER

- Dr. med. univ. Georg Lexer  
Facharzt für Visceral- und Thoraxchirurgie, derzeitiger Schwerpunkt prophylaktische Medizin  
<http://antikrebs.at/dr-georg-lexer>
- Bio-Bäuerin Andrea Unterguggenberger  
Behindertenpädagogin und staatl. geprüfte Wanderführerin  
<http://peintnerhof.at/>
- Benno Steiner  
Landwirt und Unternehmensberater  
<http://www.bennosteiner.de/>

<b>DATUM</b>	Von Freitag den 20.09.2019, 11 Uhr bis Sonntag, den 22.09.2019, ca. 13 Uhr
<b>VERANSTALTUNGSORT:</b>	Peintnerhof in Niedergail 3, A-9653 Liesing im Lesachtal /Kärnten <a href="http://peintnerhof.at/">http://peintnerhof.at/</a>
<b>TEILNEHMERZAHL:</b>	maximal 15
<b>TEILNAHMEGEBÜHR</b>	1.050 €, inkl. MwSt. Inklusivleistungen: Übernachtung in EZ oder Doppelzimmer zur Einzelnutzung Frühstück/ Essen, z.B. Brotzeit, Mittag- bzw. Abendessen, Kaffee, Tee und Kuchen, Säfte und Wasser
<b>ABLAUF:</b>	
	<b>FREITAG</b>
Anreise bis 11 Uhr	Beziehen der Zimmer und gemütlichen Kaffee/Tee/Säfte.
11 – 12 Uhr	gegenseitiges Kennenlernen und Hofführung
12 Uhr	Gemeinsame Brotzeit
13 – 14 Uhr	Warum werden wir „getrieben“, warum lassen wir uns „antreiben“? <i>Benno</i> Gesundheitsfördernde Ernährung – richtig angewandt- führt zu Stressreduktion <i>Georg</i>
14.00 – 16 Uhr	Tätigkeiten am Hof z.B. Mohnernnte, Fische fangen, Sammeln in der nahrhaften Landschaft, Brot backen... <i>Georg – Andrea - Benno</i>
16 bis 17 Uhr	Gesunde Ernährung – Bodenflora = Darmflora <i>Andrea &amp; Georg</i>
17 bis 19 Uhr	Gemeinsames Kochen und Essen (selbstgebackenes Brot!) <i>Andrea</i>
19 bis 20 Uhr	Die Auseinandersetzung mit der Naturerfahrung (lernen aus der Natur), fördert ein bionisches Verhaltensmuster. Dadurch werden biographische Konzepte in den Betrieb implementiert. Zum Wohl des Einzelnen und des Betriebes. <i>Georg</i>
20 Uhr	Relaxing in einem finnischen Bad, Infrarotkabine und gemütliches Beisammensein

SAMSTAG:	
07.00 Uhr	Stallararbeit, Weidekontrolle
Anschließend	Frühstück
8.30 -9.30 Uhr	Management by Bauer, Was können Manager von Bauern lernen? Landwirtschaft, Wirtschaft und Ethik, Natur, Umwelt, unsere Verantwortung, jedermanns Verantwortung <i>Benno</i>
9.30 Uhr bis 10 Uhr	Erfahrungsspaziergang – Ressourcenwanderung
10 Uhr bis 11.30 Uhr	Kommunale Intelligenz – Wertschätzendes Verhalten tut einem selber und in weiterer Folge dem Unternehmen gut. Der „Gute“ ist nicht der „Blöde.“ <i>Georg</i>
11.30 bis 13.00 Uhr	Mittagessen
13 – 14.30 Uhr	„Raus aus dem Hamsterrad“ – nicht immer mehr, sondern „Besser“ <i>Benno</i>
14- 15 Uhr	Theoretische Grundlagen der Bewegung mit pulssynchroner Waldwanderung fördert die Stressresilienz <i>Georg &amp; Andrea</i>
15 -16 Uhr	„Runterkommen“ – zu sich finden – Ruhe aufnehmen – Stille fühlen – Einfache Atemtechniken die im täglichen Ablauf jederzeit eingesetzt werden können <i>Georg &amp; Andrea</i>
17 bis 19 Uhr	Gemeinsames Kochen und Essen,
19-21 Uhr	Erfahrungsaustausch, Gesprächsrunde
21 Uhr	Relaxing in einem finnischen Bad, Infrarotkabine und gemütliches Beisammensein
Sonntag	Almbesuch – wenn möglich Almabtrieb der Kärntner Brillenschafe und gemeinsame Brotzeit, anschließend Abreise

*Die Zeitangaben sind ca. Angaben und das Programm kann sich je nach Verlauf und Witterung auch verschieben und verändern.*

### **RÜCKFRAGEN UND**

INFO@BENNOSTEINER.DE

Tel. +49.0.8035.9558228

### **ANMELDUNG:**

PEINTNERHOF@AUSZEITHOF.COM

TEL.: +43.0.4716-273