



Tannenfelde goes online

Da unser Seminar- und Tagungsgeschehen im Haus vollkommen zum Erliegen gekommen ist, möchten wir Ihnen unser **Online-Angebot** vorstellen.

Folgende Themen können Sie online buchen:

Mit unserem Coach **Tom Schmidt**:

- - **Führen auf Distanz in schwierigen Zeiten**
- - **Selbstmanagement in der Krise**
- - **Der richtige Umgang mit Online-Konferenzen/Besprechungen**

Diese Workshop -Themen könnten begleitend 3-4 Tage die Woche (je 45 Minuten), oder auch für Einzelpersonen als **begleitendes Online-Coaching** durchgeführt werden.

Unternehmen können mehrere Teilnehmende für ein Thema anmelden, genau wie für ein Inhouse-Training.

Bei Interesse nehmen Sie bitte direkt Kontakt zu Tom Schmidt auf. Er wird mit Ihnen die inhaltlichen und technischen Details abstimmen. Besuchen Sie seine Internetseite:

www.2develop.de

Mit Michael Merks – Coach, Begleiter und Lösungspartner von Unternehmensleitungen, Managern und Teams. Themen: **Bewältigung von dringlichen Herausforderungen und Veränderungen in Unternehmen** und **Stärkung des Resilienz-Mindsets** (auch im Krisenmodus klaren Kopf bewahren – im Stress-Modus ist es schwer, gute Lösungen zu entwickeln, positive Möglichkeiten zu sehen.)

Die Workshops und Coachings (45-120 Min.) sind von Wissenschaftlern entwickelte, weltweit standardisierte Programme und Methoden. Ihre Wirkung ist durch Forschung erwiesen.

- **Maximale Praxisrelevanz – Lösungen systematisch und kreativ entwickeln**
- **Resilienz – mentale Stärke:** gerade in „heißen Phasen“ innere Ruhe, Klarheit und Handlungsenergie bewahren – für die eigene Gesundheit und für Ihr Unternehmen
- **MSC – Mindful Self-Compassion:** Stärkung der mentalen und körperlichen Widerstandskräfte (Resilienz), Stärkung von Mitgefühl, Zusammenhalt, Selbstfürsorge, Burnout-Prophylaxe
- **MBSR – Mindfulness Based Stress-Reduction:** Stress systematisch abbauen

Bei Interesse nehmen Sie bitte direkt Kontakt zu **Michael Merks** auf. Er wird mit Ihnen die inhaltlichen und technischen Details abstimmen. Besuchen Sie seine Internetseiten:

www.themindfulspaces.com und www.inszena.com.

Wir hoffen, Sie bald auch wieder in Tannenfelde begrüßen zu können – für alle „Liebhaber“ des Präsenz-Seminars und des echten Austausches in Form von Tagungen.

Ihr Tannenfelde Team