

Ausgabe 5/2016

Zukunft gestalten

Das Magazin für Unternehmer
und Führungskräfte

**Gemeinsam die Wände hoch:
Teambuilding in der Kletterhalle**

**Von Hunden lernen:
Führungstraining mal anders**

**Finden Sie den passenden
Trainer im Bildungdschungel**

Gesundes Fast Food

”

Je offener die Sinne,
desto wacher der Geist.

Yuki Saito

”



Liebe Leserin, lieber Leser,

neulich wurden wir gefragt, wie es sein könne, dass nach einem Wechsel des Teamleiters das Team nicht mehr funktioniere. Unser Gesprächspartner erzählte uns, das Team habe immer reibungslos zusammengearbeitet und die Ergebnisse seien top gewesen. Nun gebe es Eifersüchteleien, Abläufe würden infrage gestellt, das Zusammengehörigkeitsgefühl sei nicht mehr da.

Die Antwort auf die Frage ist einfach. Ein funktionierender Teamprozess wird immer dann aufbrechen, wenn es Veränderungen im Team gibt – egal ob die Führungskraft wechselt, ein Teammitglied ausscheidet, ein neues dazukommt oder ein Teammitglied sich neue Kompetenzen, z. B. durch Fortbildung, aneignet. Sobald ein Teamprozess bricht, muss sich das Team neu formen. Dabei werden beispielsweise Prozesse infrage gestellt, Verantwortlichkeiten neu gemischt und/oder Meinungsverschiedenheiten offen und heftig durchgeführt. Es ist Aufgabe der Führungskraft, in jeder Phase eines Teamprozesses die richtigen Signale zu senden. Sie ist als Feedbackgeber, Mentor, Ermunterer, Förderer und Zielgeber zugleich gefragt.

Eine Führungskraft ist also immer mittendrin, und doch ist es genauso wichtig, den Blick aus der Metaebene zu haben. Führungskraft zu sein ist kein Teilzeitjob, sondern eine große Aufgabe mit intensiven Anforderungen an Kompetenzen und Fähigkeiten.

Wir freuen uns, Ihnen wieder viele spannende und lesenswerte Artikel mit Mehrwert zu bieten: von Führung über Teambildung und Unternehmensporträts bis hin zu Gesundheitsthemen und einem leckeren Rezept.

Bleiben wir im Gespräch!

Ihre Andrea Mettenberger und Bernd Kollmann

GESUNDHEIT



18

Gesundes Fast Food oder: Nichts ist unmöglich

Dass die fettige Currywurst kein gesundes Fast Food ist, wissen wir. Doch es gibt leckere Alternativen und nicht alles ist verboten.

FÜHRUNG



28

Führen spüren

Kennen Sie schon Tuuli? Er ist „freier Mitarbeiter“ im Team von Nicola Hoffmann. Erfahren Sie, was Sie von und mit Hunden lernen können.

Effizienter arbeiten – nachhaltiger führen

Die Welt dreht sich schneller, die Zeit wird knapper. Passen meine Abläufe und Tätigkeiten als Führungskraft zu mir und meinem Team?



30

FÜHRUNG

TEAMBILDUNG



06

Im Team die Wände hochgehen.

Klettern am Fels – das ist vielleicht nicht jedermanns Sache. Motiviert und von den Kollegen gesichert in der Kletterhalle kann es zum zusammenschweißenden Teamevent werden

PORTRÄT



12

Produktionsbetrieb und Ausbildungsstätte – das Zentrum für Medienkompetenz (ZFM)

Hier werden nicht nur Filme produziert. Das ZFM fördert den Nachwuchs in allen Medienbereichen und bildet aus.

INHALT

06 Im Team die Wände hochgehen
Tipps von Kletterprofis von Stephan Danco

09 Bildungsdschungel
Wie finde ich den richtigen Trainer? von Andrea Mettenberger

12 Produktionsbetrieb und Ausbildungsstätte
Das Zentrum für Medienkompetenz (ZFM) Interview mit Kurt Schneider

16 Das Achalm.Hotel
Ein 4-Sterne-Superior-Hotel auf dem Reutlinger Hausberg

18 Gesundes Fast Food oder: Nichts ist unmöglich!
von Dipl.-Oecotrophologin Sabrina Bardas

22 Das Nachtparadies -
der Getränkelieferdienst für Nachteulen Interview mit Jochen Rieger. Von Clara Rohloff

25 Zukunft gestalten und lecker kochen:
Asiatisch. Exotisch und verdammt lecker. Ein Rezept vom Zukunft-gestalten-Team

26 Seminar-Event beim IHK-Netzwerk Assistenz
Interview mit Anja Neuhaus

28 Führen spüren
Was haben Hunde in einem Unternehmen zu suchen? von Nicola Hoffmann

30 Effizienter arbeiten - nachhaltiger führen
von Bernd Kollmann

32 Kontaktdaten

34 Veranstaltungen

Zukunft gestalten

Das Magazin für Unternehmer und Führungskräfte

IMPRESSUM

Herausgeber:
trainer konzepte
Andrea Mettenberger

Redaktion:
Andrea Mettenberger, Bernd Kollmann
und die freien Autoren dieser Ausgabe

Gestaltung und Realisation:
trainer konzepte
Andrea Mettenberger
Bernd Kollmann

Kontaktadresse:
trainer konzepte
Andrea Mettenberger
Burkhardt+Weber-Straße 59/8a
72760 Reutlingen

Telefon +49 7121 137 5332
info@trainerkonzepte.de

Bildnachweise:
Titelbild: Zentrum für Medienkompetenz. Alle Bilder sind von den Autoren bzw. aus www.fotolia.com. Alle Bilder aus Stockdateien sind am Bild gekennzeichnet. Bilder der Autoren sind am Ende des Textes vermerkt. Die Bildrechte der Autoren setzen wir voraus, da nicht anders angegeben. trainer konzepte übernimmt hierbei keine Haftung für die Urheberrechte. Alle Autoren wurden auf den Haftungshintergrund hingewiesen. Die Urheberrechte der Porträtbilder liegen bei den Autoren bzw. den Interviewpartnern. Rezeptbild: Andrea Mettenberger. Ein spezielles Dankeschön an Corinna Spitzbarth und Christoph Jäckle für Ihre Porträtbilder.

Diese Publikation ist lediglich als allgemeine, unverbindliche Information gedacht und kann daher nicht als Ersatz für eine detaillierte Recherche oder eine fachkundige Beratung oder Auskunft dienen. Für den Inhalt der Veröffentlichung sind die jeweiligen Autoren verantwortlich. Obwohl dieses Magazin mit der größtmöglichen Sorgfalt erstellt wurde, besteht kein Anspruch auf Vollständigkeit und sachliche Richtigkeit. Eine Verwendung liegt damit in der eigenen Verantwortung des Lesers. Jegliche Haftung seitens der Redaktion ist ausgeschlossen.



Im Team die Wände hochgehen

Tipps von Kletterprofis

von Stephan Danco und Peggy Wandel



Der Chef hängt voll im Seil. Er hat Mühe, das Gleichgewicht zu halten. „Elegant geht anders, Herr Maier“, ruft ihm sein Teamkollege feixend zu. Der hat noch gut lachen. Gleich darf er sich selbst 15 Meter die Wand hochhangeln. Vorher dem Chef noch ein paar flotte Sprüche zurufen – das wäre im Betriebsalltag kaum denkbar. Doch heute ist alles anders. Roland Maier* und sein Team sind auf Betriebsausflug in der Kletterhalle.

Tapetenwechsel: Mit Kollegen in die Kletterhalle

Neben dem stressigen Alltag im Büro noch einen Ausflug in die Kletterhalle organisieren – lohnt sich das? Maier und sein Team sind jedenfalls hier. Und sie haben nicht nur den Anzug gegen Trainingshose und Klettergurt eingetauscht, es ist eine ganz neue Dynamik zu spüren in der Gruppe. Die Atmosphäre ist ungezwungen und die leuchtenden Augen in den verschwitzten Gesichtern zeigen, wie viel Spaß ihnen das Ganze macht. Denn beim Klettern begegnen sich die Mitarbeiter auf einer neuen Ebene. Statt flüchtigen Smalltalks ist echtes Teamwork gefragt. Das zieht Kreise: „Ob Betriebsausflug oder Teamtraining – wir bekommen beinahe wöchentlich Anfragen von Firmen, die mit ihren Mitarbeitern zum Klettern kommen möchten“, berichtet Stefan Danco, Betriebsleiter des DAV Kletterzentrums Reutlingen.

Gegenseitiges Vertrauen verbindet

Klettern am Seil ist nichts für Einzelkämpfer. Als Kletternder muss ich mich hundertprozentig auf den Sicherungspartner am anderen Seilende verlassen können. Das macht für viele den besonderen Reiz aus: Wenn Mitarbeiter sich beim Klettern gegenseitig sichern, müssen sie sich aufeinander verlassen. Sich gegenseitig zu vertrauen, noch dazu in einer ungewohnten Situation, schweißt zusammen und stärkt den Teamgeist.

Renaissance des Betriebssports

Der demografische Wandel lässt das Durchschnittsalter der Arbeitnehmer in Deutschland ansteigen. Um Arbeitskraft und Gesundheit ihrer Angestellten zu erhalten, investieren immer mehr Unternehmen in deren Fitness: Der vermeintlich tot geglaubte Betriebssport lebt wieder auf. Ob Volleyball für Werkzeugmechaniker, Yoga für gestresste Pädagogen oder Rückenfitness für Büroarbeiter – gezieltes Training hilft gegen Rückenschmerzen und verzögert den Alterungsprozess.



Vom Glück, die eigenen Grenzen zu überwinden

Schaffe ich das? Reichen meine Kraft und mein Mut? Wird es ein Spaziergang oder eine Zitterpartie? Auf dem Weg nach oben begegnen wir beim Klettern nicht nur psychischen und physischen Herausforderungen, sondern vor allem uns selbst. Die Teilnehmer lernen auf spielerische Weise, ihre Fähigkeiten innerhalb der Gruppe einzubringen, um das gemeinsame Ziel zu erreichen. Und sie lernen viel über ihre Stärken und Ängste. „Die eigenen Grenzen zu überwinden setzt Glücksgefühle frei. Es ist eine unglaublich befreiende Erfahrung, über den eigenen Schatten zu springen“, weiß die Erlebnispädagogin und Klettertrainerin Judith Günther aus Tübingen.

Klettern stärkt den Rücken

Klettern ist von der Bewegung her ein Krabbeln in der Vertikalen – ein natürlicher Bewegungsablauf, der den gesamten Körper fordert. Besonders beansprucht wird die Muskulatur entlang der Wirbelsäule. Das kann helfen, verloren gegangene Bewegungsmuster wiederzuerlangen und Rückenschmerzen effektiv zu bekämpfen. So ging es zum Beispiel Martin S. (51) aus Reutlingen: „Physiotherapie, Reha, Akupunktur, medizinisch orientiertes Krafttraining – ich habe jahrelang alles Mögliche versucht, um die massiven Schmerzen in der Lendenwirbelsäule besser in den Griff zu bekommen. Als ambitionierter Ski- und Radfahrer hatte ich in meiner Freizeit genügend Bewegung. Dennoch brachte erst das regelmäßige Klettern dauerhaft Linderung. Inzwischen gehe ich zweimal die Woche die Wände hoch.“ Wer, wie er, nicht unter allzu großer Höhenangst leidet, für den eignet sich Klettern tatsächlich zur Rückenschule.

**Name geändert*

Bilder: Kletterzentrum Reutlingen, Stephan Danco.

Das Reutlinger Kletterzentrum

2010 eröffnete die Reutlinger Sektion des Deutschen Alpenvereins (DAV) das Kletterzentrum neben der Eislaufhalle. Anfang 2015 kam bereits ein Erweiterungsbau hinzu – Klettern erwies sich als so beliebt, dass die Halle bereits nach wenigen Jahren zu klein geworden war. Kein Wunder: Quasi wöchentlich finden Kletterkurse statt. Auf insgesamt 2.250 m² bietet die Anlage passende Routen für Anfänger und Kletterkönnern jeden Alters. Die Wandhöhen liegen bei 12 bis 17 m. Im Boulderbereich kann in Absprunghöhe geklettert werden, statt eines Seils dämpfen dicke Weichbodenmatten jeden Sturz. Das Bistro eröffnet einen guten Blick auf die anspruchsvolleren Wände mit Überhang, außerdem können sich Kletterer und Besucher dort bei Getränken und Snacks stärken.

www.kletterzentrum-reutlingen.de

„Suchen Sie mir für die nächste Woche mal einen Trainer oder Coach. Der Vorstand hat darum gebeten. Es geht um ein Verkaufstraining für acht bis zehn Personen ... Sollte aber ziemlich schnell gehen ... Und am besten mal was Neues!“

Bildungsdschungel

Wie finde ich den richtigen Trainer?

von Andrea Mettenberger



Da stehen Sie nun. Und der Auftrag Ihres Chefs lautet:

**Suchen Sie einen Trainer für unser Unternehmen.
Doch wie?**

Es gibt mittlerweile Tausende Trainer und Coaches in Deutschland. Die Auswahl an Möglichkeiten auf dem Markt ist überwältigend. Da ist es nur verständlich, dass dem ein oder anderen bei der Suche nach dem richtigen Trainer der Kopf raucht.

Einen kühlen Kopf bewahren

Um den richtigen Trainer zu finden, sollte man ein paar Informationen im Hinterkopf behalten und grundlegende Schritte befolgen. Als Erstes ist es wichtig, sich bewusst zu machen, in welcher Ausgangssituation sich das Unternehmen befindet und für welche Person bzw. Zielgruppe das Training gedacht ist. Nur wer weiß, warum und für wen er einen Trainer sucht, kann erfolgreich die ersten Schritte einleiten.

Eigene Erfahrungen und Erwartungen auf dem Prüfstand

Im nächsten Schritt kann eine rückblickende Reflexion der eigenen Erfahrungen mit Trainings hilfreich sein: Wie nachhaltig waren die bisherigen Trainings wirklich? Wer weiß, welche Erwartungen die Zielgruppe an ein Training hat, tut sich leichter, den richtigen Trainer zu finden. Von der Präsentationskompetenz über die teaminterne Kommunikation bis hin zu Persönlichkeitsentwicklung und Stressbewältigung – das Spektrum ist vielfältig. Hier müssen schon im Vorfeld klare Ziele definiert werden.

Erste Schritte in Richtung Recherche

Jetzt geht es ans Eingemachte: die Suche. Achten Sie bei Ihrer Recherche darauf, dass Sie die richtigen Berufsbezeichnungen kennen und zwischen den verschiedenen Methoden unterscheiden können: Suchen Sie einen Coach oder einen Trainer? Möchten Sie einen Workshop oder ein Seminar besuchen? Neben der Suche im Internet (Datenbanken im Internet, auf Websites oder in den Social Media) oder in anderen Medien (Printmedien wie etwa Magazine) kann man auch immer wieder auf persönliche Empfehlungen zurückgreifen: Fragen Sie Personen in Ihrem Umfeld (Personaler, Vorgesetzte, Kollegen, Bekannte), wer gute Erfahrungen mit einem Trainer gemacht hat und ihn eventuell weiterempfehlen kann.

Eckdaten abklopfen

Wenn Sie einen geeigneten Trainer gefunden haben, sollten Sie nicht sofort ein festes Training buchen. Lassen Sie sich Zeit, um die Methoden und den Trainer besser kennenzulernen. Es gibt einfache Indikatoren, die Sie von der Qualität des Trainings und der Seriosität des Trainers überzeugen können:

1. **Referenzen und Ausbildung:** Ein Experte kann Ausbildungs- bzw. Weiterbildungsreferenzen vorweisen. Fragen Sie nach der Berufserfahrung in der Praxis: Jemand, der noch nie ein Unternehmen von innen gesehen hat, wird Ihre beruflichen Probleme nur schwer verstehen können.
2. **Philosophie und Methoden:** Die Philosophie und die Methoden eines Trainers sagen viel über seine Arbeitsweise und die Nachhaltigkeit seines Trainings aus: Prüfen Sie nach, inwiefern die Philosophie des jeweiligen Trainers zu Ihren Bedürfnissen passt!
3. **Vorgespräch:** In einem ersten Vorgespräch können Sie ein paar grobe Eckdaten abklopfen: Klären Sie, was Sie erreichen wollen, wie der Trainer Ihnen dabei helfen kann und ob Sie beide einen Draht zueinander finden – Sympathie ist ein wesentlicher Bestandteil für ein gelungenes Training! Sie können den Trainer auch bitten, einen beispielhaften Prozess einmal konkret zu schildern, um zu sehen, wie er arbeitet. Genauso sollten Sie sich nicht scheuen, die Kosten des Trainings zu thematisieren: Unterschreiben Sie nie einen Vertrag beim Erstkontakt. Seriöse Anbieter gewähren Bedenkzeit. Bezahlt werden sollte nur die beanspruchte Beratung; eine Möglichkeit ist es, die Honorare für Einzelsitzungen schriftlich festzusetzen.

Reflexion des Trainings: Wo stehe ich jetzt?

Auch nach Abschluss des Trainings sollte eine intensive Reflexion stattfinden: Bin ich und/oder die Zielgruppe mit der Trainingsleistung zufrieden? Hat die Zielperson einen Fortschritt in dem geforderten Bereich gemacht? Wurden die zuvor definierten Ziele erreicht? Wenn alles nach Ihrer Zufriedenheit gelaufen ist, haben Sie unter Umständen den Kontakt zu einem Trainer hergestellt, der für das gesamte Unternehmen wertvoll sein kann. Die intensive Recherche hat sich gelohnt.

potential

Die wichtigsten Schritte zusammengefasst:

1. **Überblick verschaffen:** aktuelle Situation, Anlass und Bedarf für ein Training, Zielgruppe des Trainings
2. **Rückblick und Zielsetzung:** Wie nachhaltig waren bisherige Trainings? Welche Erwartungen an den Trainer/die Trainerin gibt es? Welche Ziele gibt es für dieses Training? Recherche beginnen
3. **Organisation und Rahmenbedingungen:** Ein erstes Vorgespräch: Wann und wo soll das Training stattfinden? Welche Widerstände gibt es? Ist mir noch etwas unklar?

Produktionsbetrieb und Ausbildungsstätte – das Zentrum für Medienkompetenz (ZFM)



Livestream des FestivalTV zu den Französischen Filmtagen.

Smartphones, Tablets, Webvideos und Social Media – ohne Medien geht heute gar nichts mehr. Kein Wunder, dass junge Leute immer mehr in die Medienberufe drängen. An der Universität Tübingen gibt es eine Schnittstelle zwischen Studium und Berufspraxis: das Zentrum für Medienkompetenz, kurz ZFM. Wir sprachen mit dem Geschäftsführer Kurt Schneider.



Welche Dienstleistungen bieten Sie an?

Wir decken alle Medien ab: Film- und Videoproduktion, Hörfunk und Sound, Online, Print und Social Media.

Wir sind eine zentrale Einrichtung der Universität Tübingen und unterstützen die Forschung und Lehre aller Fächer und Fakultäten. Außerdem sind wir ein IHK-zertifizierter Ausbildungsbetrieb und bilden zusammen mit dem Südwestrundfunk (SWR) zum Mediengestalter Bild und Ton aus. Seit Anfang dieses Jahres führt uns die Leitung der Universität als Betrieb gewerblicher Art. Das gibt uns die Möglichkeit, auch mit externen Partnern zusammenzuarbeiten. Wir beraten und betreuen unsere Kunden, wenn sie ein Projekt planen, bei dem Medien zum Einsatz kommen oder ein Medium der Ausspielweg sein soll. In den meisten Fällen ist das heute das Internet. Vor allem Webvideos werden immer stärker nachgefragt. Laut einer neuen Studie der Landesanstalt für Kommunikation (LFK) sind hier bis zum Jahr 2020 Wachstumsraten von bis zu 270 Prozent zu erwarten. Also gibt es in diesem Sektor sicher auch gute Chancen für den Berufseinstieg.

Über welche Ausstattung verfügt das ZFM?

Wir haben neueste XDCAMS und DSLR-Kameras mit allem Zubehör im Verleih und verfügen über ein großes Fernsehstudio, zwei Tonstudios für die Radioproduktion und die Filmbearbeitung sowie 22 Videoschnittplätze mit professioneller Software, wie sie auch in Produktionsfirmen und Rundfunkanstalten zu finden ist. CampusTV, das Tübinger Universitätsfernsehen, ist Teil des ZFM und bespielt zusammen mit anderen baden-württembergischen Hochschulen den LFK-geförderten Fernsehsender und die Internetplattform „HD Campus“. Dort sind wir vor allem journalistisch, aber auch künstlerisch unterwegs. Viele der Anfragen, die uns erreichen, zielen jedoch auf Imagefilme oder virale Videos ab, für die wir jeweils ganz individuelle Produktionsteams zusammenstellen. Dabei arbeiten dann meist Studierende mit Profis zusammen. Momentan drehen wir zum Beispiel im Auftrag des Hector-Instituts für Empirische Bildungsforschung und gehen der Frage nach, wie man Grundschulkinder fitter für die sogenannten MINT-Fächer, also die Naturwissenschaften, machen kann.



Kreative Köpfe beim Dreh mit der GoPro-Kamera.



Die Direktorin des ZFM, Susanne Marschall, mit Honorarprofessor Claus Kleber

Arbeiten wie die Profis:
das ZFM macht's
möglich.

EBERHARD KARLS
UNIVERSITÄT
TÜBINGEN



Wie viele Studierende nutzen die Möglichkeiten, die das ZFM bietet?

Direktorin des ZFM ist Professorin Dr. Susanne Marschall. Sie ist zugleich Inhaberin des Lehrstuhls für audiovisuelle Medien, Film und Fernsehen am Institut für Medienwissenschaft der Universität Tübingen. Neben Psychologie und Rhetorik ist die Medienwissenschaft eines der Studienfächer, das am meisten nachgefragt wird und explizit auf die Berufsfähigkeit ausgerichtet ist. Im kommenden Sommersemester werden dort rund 500 Bachelor-Studierende und 80 Master-Studierende eingeschrieben sein. Unter ihnen sind so viele Talente und kreative Köpfe, die sich natürlich auch im ZFM tummeln und Filme, Audio-Guides, Apps oder Animationen produzieren. Eine Gruppe dreht zum Beispiel in unserem Studio eine Late-Night-Show, in der auch Claus Kleber einen Gastauftritt haben wird. Der ist in seiner Eigenschaft als Honorarprofessor regelmäßig bei uns und wir profitieren alle unheimlich von seinem Know-how.

Kommen Sie nicht selbst auch vom Fernsehen?

Ich habe mehr als zwölf Jahre beim Südwestrundfunk in Stuttgart und Baden-Baden gearbeitet, vor allem für die Kulturredaktion, aber auch fürs multimediale Schulfernsehen. Den Kontakt zur Uni Tübingen habe ich immer gehalten. So war ich lange Zeit Trainer für das großartige Ausbildungsprojekt „FestivalTV“, das vom ZFM zu den Französischen Filmtagen Tübingen/Stuttgart organisiert und von der Medien- und Filmgesellschaft Baden-Württemberg sowie der LFK gefördert wird. Rund 80 Studierende und Auszubildende kommen dabei jedes Jahr in den Genuss einer medientechnischen und redaktionellen Schulung und kümmern sich dann um die Berichterstattung rund um die Französischen Filmtage. Und das alles exklusiv unter Anleitung von Berufsprofis von SWR, ZDF oder ARTE. Jetzt darf ich dieses tolle Projekt verantworten und finde das super.

www.uni-tuebingen.de/zfm

Bilder: Zentrum für Medienkompetenz, Christoph Jäckle

„Die Zusammenarbeit mit dem ZFM macht sehr viel Spaß“, sagen Andrea Mettenberger und Bernd Kollmann. „Professionell, offen und kreativ. Das bezeichnet die Projektarbeit wohl am besten. Auch unsere Videos haben wir erfolgreich mit einem Projektteam des ZFM gemacht. Wir freuen uns schon auf die nächsten Produktionen.“

”

Das Geheimnis des Erfolges ist, den Standpunkt des anderen zu verstehen.

Henry Ford

”

Das Achalm.Hotel – ein 4-Sterne-Superior-Hotel auf dem Reutlinger Hausberg



Zimmer, Suiten, Wellness

Mit viel Wohlfühlatmosphäre ausgestattet bietet das Haus 100 Zimmer, davon zwölf Suiten. Alle Zimmer verfügen über Kingsize-Betten und Balkon oder Terrasse und sind mit hochwertigem Interieur wie Eichenholzparkett, mit Damastbettwäsche und Daunendecken ausgestattet. Wenn Wellness und Fitness auf Ihrem persönlichen Programm stehen, dann kommen Sie im Spa-Bereich des Hotels voll auf Ihre Kosten. Im beheizten Außenpool genießen Sie einen atemberaubenden Blick über Reutlingen und die Schwäbische Alb. Nach einem Sauna-Aufenthalt – ebenfalls mit Panoramablick – laden der Spa-Bereich mit Wellness- und Massageangeboten sowie ein Fitnessbereich zum Verweilen ein.

Tagungsräume

Modernste Technik, perfekter Sound, erfolgreich tagen – in der Kleingruppe bis zur Großveranstaltung – all das bietet das Achalm.Hotel. Im Neubau gibt es fünf tageslichtdurchflutete Tagungsräume, die

flexibel miteinander kombiniert werden können. Der kleinste Raum fasst 25 und die größte Kombination 135 Quadratmeter, für maximal 70 Personen in parlamentarischer Bestuhlung.

Alle Räume sind mit modernster Technik ausgestattet. So fahren der Beamer und die Leinwand aus der Decke, und im großen Tagungsraum ist eine Bose-Anlage für den perfekten Sound installiert. Kurze Pausen und Gruppenarbeiten können auf der Aussichtsterrasse erledigt werden. Alle Räume im Erdgeschoss haben einen eigenen Zugang nach draußen.

Einen Kontrast zum modernen Neubau bietet der historische Schafstall direkt neben dem Hotel. Das alte Landwirtschaftsgebäude wurde liebevoll restauriert und gilt als die Hochzeitslocation in der Region. Unter der Woche kann in der 230 Quadratmeter großen Galerie aber auch Business betrieben werden. Der Raum eignet sich hervorragend für Konferenzen mit bis zu 120 Teilnehmern. Aufgrund der großzügigen

Aufteilung und dem zusätzlichen Raum „Hirtenzimmer“ im Erdgeschoss ist der Bau hervorragend für Workshops, die viel Platz brauchen, geeignet. Man genießt hier die Exklusivität in einem eigenen Tagungskomplex.

Wer seine Veranstaltung von dem typischen Tagungsprogramm abweichen lassen möchte, hat auf dem weitläufigen Gelände die Möglichkeit, allerlei Teambuilding, Spiele und Rahmenprogramme zu veranstalten. Ob Geocoaching, Bogenschießen oder ein menschlicher Kicker – es ist fast alles möglich auf dem großen Gelände, 550 Meter oberhalb von Reutlingen.

Restaurant, Küche und Bar

Den Tag mit guten Gesprächen ausklingen lassen kann der Gast hervorragend nach einem leckeren Abendessen im Restaurant mit regionaler Küche, in der heimeligen Kaminbar oder im Sommer auf der Barterrasse. Auch Zigarrenliebhaber kommen in der Smokers Lounge voll auf ihre Kosten.

Rück- und Ausblick

Auf das erste vollständige Geschäftsjahr blickt das Hotel sehr positiv zurück. Die Erwartungen wurden weit übertroffen, die Mitarbeiteranzahl daher verdoppelt. Das Achalm.Hotel hat es geschafft, den perfekten Businessmix zu verbuchen. Unter der Woche kommen die Geschäftskunden und am Wochenende die touristischen Gäste. Für das erste Jahr wurden mit regionalen Kunden rund 40 Rahmenverträge geschlossen, was das Unternehmerpaar Dollinger, das das Areal seit dem Jahr 2000 leitet, besonders freut.

In dem familiär geführten Hotel fühlen sich rund 60 Stammgäste wohl, die mindestens einmal im Monat ihre Geschäftstermine mit einem Aufenthalt auf der Achalm verbinden. Sie alle wissen die persönliche Führung des Hauses zu schätzen. Hier wird man vom Chef noch per Handschlag begrüßt.

Bilder: Hotel Achalm, Futter Fotodesign



ACHALM.
HOTEL & RESTAURANT



Seit knapp eineinhalb Jahren – genauer gesagt im Oktober 2014 – wurde es neu eröffnet: das Achalm.Hotel. Nach 22 Monaten Bauzeit erstrahlt es in neuem, modernem und ökologischem Konzept.
www.achalm.com



Gesundes Fast Food oder:

Nichts ist unmöglich!

von Dipl.-Oecotrophologin Sabrina Bardas



Gesund essen in der Mittagspause – für Sie auch ein Thema zum Verzweifeln?

Geht es Ihnen auch wie vielen meiner Klienten? Sie möchten in der Mittagspause gut essen und haben die Auswahl zwischen Bäcker, Dönerstand, Pommesbude, Supermarkt oder der Schreibtischschublade? Und in Letzterer befinden sich meist die üblichen Verdächtigen wie Schokolade, Gummibärchen und Kekse?

Schlaue Mittagsverpflegung muss schnell zu haben sein und gleichzeitig Vitalstoffe (Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente) liefern, um Ihre Leistungsfähigkeit während und nach der Arbeit zu erhalten, damit Sie nicht um 16 Uhr gleich wieder zum süßen Stückchen greifen und abends kaputt aufs Sofa fallen! Hier finden Sie Vorschläge, die Sie satt, zufrieden, schlank und Ihre Mittagspause vitaler machen!

**Ab jetzt:
Fast Food vital**

**Bisher:
Fast Food fatal**



Wählen Sie lieber grünen oder Krautsalat anstatt Pommes zum Burger oder der Currywurst und freuen Sie sich über den Vitalstoffkick, statt eine Fatal-Fettbombe schwer im Magen liegen zu haben. Weniger schnelle Kohlenhydrate und mehr Vitalstoffe liefern ein Dönerteller ohne Brot und mit viel Salat, ein Döner-Dürüm, Yufka oder Falafel.

Von frittiertem Fast Food mit Sondermüllfetten besser ganz die Finger lassen oder das einfach selten als etwas Besonderes genießen.

Currywurst oder Burger mit Pommes, Tintenfischringe mit Remouladensoße oder Döner im Brot.



Vollkornbrötchen oder -brot bieten reichlich Abwechslung zum sehr schnell blutzuckererhöhenden und hungrig machenden Weißbrot. Vorsicht: Nicht jedes dunkle Brot mit Körnern ist Vollkorn, sondern oftmals gefärbt, z. B. mit Malz oder Zuckercouleur.

Findet sich „Vollkorn“ im Namen oder in der Zutatenliste, ist die Wahrscheinlichkeit groß, dass es sich tatsächlich um ein Vollkornbrot handelt!

Ein paar Scheiben Toast, Croissant oder ein Gebäckstück vom Bäcker um die Ecke für zwischendurch.



Greifen Sie zu Naturjoghurt, Quark, Kefir, Sauer- oder Buttermilch. Mit frischen Früchten oder einem Marmeladenklecks gewöhnt man sich schnell an den natürlichen Geschmack. Andere Alternativen sind Kokosflocken, Nüsse und Mandeln, Kakaopulver, Hanfsamen, Sesam, Kürbiskerne oder Sonnenblumenkerne.

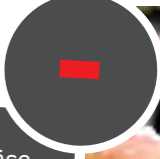
Fruchtjoghurts sind mit reichlich Zucker und Aroma versetzt.

Pudding, Fruchtjoghurt, Fruchtbuttermilch, Schokoladenmilch und Co.



Käse oder Schinken, Frisch- oder Hüttenkäse sowie Avocado können super mit Salat, Gemüse oder Brot kombiniert werden.

Bitte keinen „kastrierten“ (Light-)Käse oder Light-Wurst mit vielen Zusatzstoffen, aber wenig Geschmack und Sättigung kaufen!



Würstchen, Leberkäsebrötchen oder Leberwurst sowie Light-Produkte.



Zartbitterschokolade mit einem hohen Kakaogehalt enthält weniger Zucker als Vollmilkschokolade, macht dafür aber durch mehr Tryptophan (der Vorstufe von unserem Glückshormon Serotonin) umso glücklicher. Eine Handvoll gemischte Nüsse, Pistazien oder Mandeln schaffen das aber genauso und sind sättigender als jeder Schokoriegel.

Schokoriegel, Schokolade, Gummibärchen, Kekse und Kuchen.



Schlaue Snacks sind Nüsse, geröstete Kichererbsen, Oliven im Glas, Gemüsesticks aus Karotten, Gurke, Paprika, Kohlrabi oder Radieschen mit Kräuterquark oder Kichererbsencreme (Hummus), Käsewürfel im Bürokühlschrank, ein bis zwei Schinkenscheiben oder ein gekochtes Ei.



Chips und Knabbereien, gewürzte Erdnüsse.



Vier Tipps für die Kantine:

1. Essen Sie viel Gemüse als Beilage, bestenfalls ohne fette Fertigsoßen oder mehliggebundene Soßen.
2. Bedienen Sie sich an den Salatvariationen und ergänzen Sie sie mit Nüssen, Kernen, Sprossen, Fetakäse, Oliven, Ei und/oder Thunfisch.
3. Nehmen Sie möglichst selten frittierte oder panierte Fisch- und Fleischgerichte.
4. Lassen Sie fettige Kartoffelbeilagen wie Kroketten oder Pommes weg und reduzieren Sie Reis, Nudeln, Spätzle und Brot, wenn Sie nicht abends noch eine Verabredung zum 10-km-Lauf haben.

Das Nachtparadies – der Getränkelieferdienst für Nachteulen

Ein Gründerinterview mit Jochen Rieger

von Clara Rohloff



Nachtparadies ist ein Lieferservice, der Partyzubehör und alkoholische Getränke bis spät in die Nacht nach Hause liefert. Eine außergewöhnliche Idee, die Jochen Rieger mit dieser Dienstleistung verfolgt. Ich habe ihn getroffen und nachgefragt, was es mit der Gründung des Lieferservice Nachtparadies auf sich hat.

Wie bist du auf die Idee gekommen, Alkohol und anderes Partyzubehör bis spät nachts zu deinen Kunden nach Hause zu liefern?

Das ist eine längere Geschichte ... (lacht). Im Juni 2014 hatten mein damaliger Geschäftspartner und ich eine Idee: Die WM in Brasilien stand vor der Tür. Und durch die Zeitverschiebung wurden alle Spiele erst nach 22.00 Uhr ausgestrahlt. Das bedeutete: Alle, die zu Hause Fußball schauen und dabei gut mit Snacks und Getränken ausgestattet sein wollten, mussten sich frühzeitig am Tag darum kümmern. Genau hier knüpft die Idee von Nachtparadies an: Wir wollten die Fußballfans mit alkoholischen Getränken und allem, was zu einem Fußballabend gehört, beliefern – die Idee eines Lieferservice für alkoholische Getränke war geboren.

Wofür steht der Name „Nachtparadies“?

Zum Zeitpunkt unserer Gründungsidee gab es den Lieferservice Nachtparadies schon. Der war aber mehr oder weniger auf Eis gelegt und der Besitzer trat den Namen, also „Nachtparadies“, und das Unternehmen an uns ab.

Im Weg stand uns das Alkoholverkaufsgebot in Baden-Württemberg, das besagt, dass nach 22.00 Uhr kein Alkohol mehr verkauft werden darf. Es besteht seit dem Jahr 2010 und hat die Gründung unseres Lieferservice natürlich erschwert. Aber wie man sieht, hat sich unser Lieferservice durchgesetzt.

Welche Zielgruppe hast du?

Es gibt für Nachtparadies nicht die Zielgruppe. Wir versuchen, mehrere Gruppen anzusprechen: zum einen die, die das 22.00-Uhr-Limit umgehen möchten, aber auch

diejenigen, die vor 22.00 Uhr aus reiner Bequemlichkeit bestellen möchten. Es ist doch einfach toll, wenn das kühle Bier oder das Mixgetränk auf Anruf nach Hause kommen. Das Alter der Kunden ist auch komplett unterschiedlich. Die meisten sind natürlich zwischen 18 und 30 Jahre alt. Mein ältester Kunde ist sogar 70 Jahre! (lacht)

Wir werden jetzt auch versuchen, uns breiter aufzustellen. Ins Sortiment kommen dann auch Energydrinks, Snacks und Nichtalkoholisches. Ein Verkaufsschlager ist auch immer „Looping Louie“ – eigentlich ein Kinderspielzeug, hier ist es das ultimative Partyzubehör.

Wichtig ist bei der Lieferung, dass man die Situation erfasst, in der man sich befindet. Meist merke ich schon am Telefon, welche Wünsche die Kunden haben, und kann dann mit Zusatzangeboten aufwarten. Bei einem Männerabend mit Bier zum Beispiel kann man Chips sehr gut als Snack zusätzlich anbieten.

Muss man ein bisschen verrückt sein, um so ein Dienstleistungskonzept zu entwickeln?

Im Grunde sind es zwei Dinge, die mich antreiben: Zum einen ist es natürlich eine Art Protesthaltung gegen das Alkoholverbotsgesetz und zum anderen nutze ich mit dem Lieferservice einfach eine Lücke aus: Es gibt kaum Konkurrenten in diesem Bereich.

Hat dich jemand bei der Gründung beraten? Waren Coaches und Trainer ein wichtiger Bestandteil deiner Gründungsphase?

Ich muss sagen, wir hatten so gut wie keine Beratung. Wir haben uns sicher gefühlt, und da ich früher selbst in der Existenzgründung tätig war, hatte ich in diesem

Bereich schon etwas Vorerfahrung. Aber im Nachhinein muss ich sagen, dass Hilfe in bestimmten Bereichen gut gewesen wäre. Zum Beispiel in der Unternehmenskaufsituation wären ein paar Ratschläge von einem Experten sicher sinnvoll gewesen. Und auch das Verkaufen am Telefon ist eine ganz andere Sache als in der Gastronomie: Man sieht den Kunden nicht – da laufen ganz andere Mechanismen ab. Da kann ich mir Tipps und Tricks von einem Trainer oder Coach wirklich gut vorstellen.

Welche Hürden gab es auf dem Weg zur Gründung von Nachtparadies?

Die größte Hürde war wohl der Ausstieg meines Geschäftspartners und Mitgründers. Seit 1. Oktober 2015 bin ich nun allein verantwortlich. Da bedarf es einer kompletten Umstrukturierung.

Vor allem am Anfang der Neugründung hatten wir damit zu kämpfen, nicht ernst genommen zu werden. Egal ob beim Autokauf oder bei der Bank – es war keine Gesprächsbereitschaft vorhanden. Die kam erst mit der Zeit, als wir unsere Zuverlässigkeit bewiesen und die ersten Gewinne eingefahren hatten. So kam es auch, dass wir die Gründung komplett aus eigenen Mitteln finanziert haben.

Neben diesen Etablierungsschwierigkeiten steht auch der erhebliche bürokratische Aufwand für Fördermittel, die man beantragen kann. Formular um Formular füllt man da aus ... Und das Alkoholverbot der Landesregierung macht dauerhaft Probleme – da muss man sich wirklich durchsetzen. Du siehst, es sind die typischen Gründerprobleme, die ich dir hier schildere! (lacht)

„Gründen heißt für mich – wagen.“

Was ist das besondere an deinem Lieferservice und was unterscheidet dich von anderen Dienstleistern?

Das Ungewöhnliche sind tatsächlich meine Lieferzeiten: Welcher Lieferservice liefert schon bis mitten in

die Nacht? Und dazu kommt dann noch das Angebot: Der Service von Nachtparadies ist allumfassend. Wenn jemand anruft und sagt, dass er zusätzlich noch etwas von der Tankstelle oder einen Snack eines Schnellimbisses mitgebracht haben möchte, dann machen wir das einfach. Unkonventionell, aber flexibel und auf die Wünsche unserer Kunden zugeschnitten!

Dazu kommt noch, dass andere Lieferdienste ein festes Sortiment haben, wir hingegen spiegeln unsere Kundennachfrage wider: Wir versuchen, die Wünsche und Anregungen unserer Kunden mit in die Bestellliste aufzunehmen.

Lohnt es sich, den Schritt in Richtung Selbstständigkeit zu gehen und seine eigenen Geschäftsideen zu verwirklichen?

Da muss man, denke ich, zwischen persönlicher und unternehmerischer Sicht unterscheiden. Ich persönlich mag meinen Lieferservice – das ist eine One-Man-Show. Und man lernt so unheimlich viel dabei! Das ist eine erstaunliche Lernkurve. Gerade in den ersten Wochen und Monaten erlebt man einiges und kann daraus zum Beispiel auch konkretes Verhalten ableiten: Wann verhalte ich mich diskret? Wann beliefere ich ein Fest und treffe Menschen in Feierlaune an? All das muss man beachten und einzuschätzen lernen. Man trifft die Personen schließlich in einem sehr persönlichen Rahmen. Und wenn man Kunden öfter beliefert, kann aus dem rein professionellen Verhältnis sogar Freundschaft entstehen.

„Du bist bei deinen Kunden im Wohnzimmer. Du lernst Sie in einer extrem privaten Situation kennen.“

„Manchmal werden Kunden auch Freunde. Das ist dann besonders schön.“

Aus unternehmerischer Sicht ist mir klar, dass man die Umsätze immer weiter steigern kann. Da gibt es immer Potenzial.

„Jeder Selbstständige weiß: Man muss sich immer erweitern, immer nach etwas Neuem streben.“

Du hast weitere Start-ups gegründet und bist auch selbst als Berater tätig – konntest du aus deinen Erfahrungen lernen und nun dein erworbenes Wissen an andere weitergeben?

Ja, auf jeden Fall! Wenn man viel mit Gründern und Beratern zu tun hat und sich austauscht, kann man nur lernen. Egal welcher Branche man angehört, Gründer beschäftigen immer die gleichen Anfangsthemen: die Standortfrage, die Rechtslage oder die Suche nach Räumlichkeiten.

Was ist das Erfolgsrezept einer gelungenen Gründung?

„Einfach machen. Immer einmal mehr aufstehen, egal was passiert.“

Hast du einen Tipp für angehende Gründer? Was ist besonders wichtig in der Anfangszeit? Wo kann ich mir Hilfe holen?

Ich habe genau genommen drei Tipps für angehende Gründer: Der **erste** wichtige Tipp ist, dass man sich viele Meinungen einholt, aber nicht zu viele! Denn dann kommt Verwirrung auf. Die ein oder andere Meinung wird auch niederschmetternd sein. Davon darf man sich dann nicht verunsichern lassen. Der **zweite** Tipp heißt: Netzwerke nutzen! Wer kein Netzwerk hat, der muss sich eines suchen. Der **dritte** und letzte Tipp bezieht sich auf Förderung und Ansprechpartner: Wirtschaftsförderung durch die Stadt und andere Ansprechpartner eröffnet so manche Option. Nutzen Sie Ihre Beziehungen!

„Das Beste, was dir passieren kann, ist, dass jemand Türen für dich öffnet.“

Zum Abschluss: Wo siehst du dich in fünf Jahren?

Das ist eine gute Frage ... (überlegt kurz) Ich möchte schon in der Lieferbranche bleiben. Aber da möchte ich noch viel ändern. Es wäre schon mal ein Anfang, wenn ich keine 80-Stunden-Woche mehr hätte und keine sechs Nächte die Woche ausliefern müsste. (lacht) Dafür möchte ich dieses Jahr noch jemanden anstellen. Außerdem plane ich gerade einen Online-Shop. Dann kann man bequem per Tablet, PC oder Smartphone seine Lieferung zusammenstellen und die Bestellung online abwickeln. Da habe ich Hilfe von einem Informatiker, aber ich arbeite auch selbst viel an der Homepage mit. Ich muss die Dinge immer selbst verstehen. Egal, was sich noch so in den nächsten Jahren entwickelt, bleibt Flexibilität für mich das Wichtigste, und das möchte ich mir auch erhalten!

„Das ist auch so ein Gründerding. Wenn du nicht weißt, wie es geht, bringst du es dir selber bei. Klar geht das schief. Viermal, Fünfmal ... Aber dann klappt's!“



Welche Chancen bringt die Unterstützung eines Beraters oder Coaches bei der Gründung für mich?

Individuelle Beratung und persönliches Coaching können gerade in der Gründungszeit helfen, die richtigen Entscheidungen zu treffen. Experten und Trainer mit Erfahrung können einem Gründer in kritischen Phasen mit Rat und Tat zur Seite stehen. Die beratende Tätigkeit kann von Trainer zu Trainer unterschiedlich ausfallen. Mögliche Bereiche sind die folgenden:

- Zielgruppenanalyse
- Produktentwicklung
- Kreative Ideenentwicklung und Motivation
- Gemeinsame Reflexion von Erfahrungen
- Strategieentwicklung
- Entwicklung von Marketingstrategien
- Finanzierungskonzept
- Webdesign und Social Media

Zukunft gestalten und lecker kochen:

Asiatisch. Exotisch und verdammt lecker.

Scharfer Glasnudelsalat

Das Rezept ist für 4 Personen:

- 100gr Glasnudeln
- 1 Hähnchenbrustfilet (150 Gramm)
- 3-4 EL Sesamöl
- 150gr geschälte rohe Garnelen (oder tiefgefroren ohne Darm)
- 1 Stück frischer Ingwer (ca. 1cm)
- 1 Knoblauchzehe
- 3 Frühlingszwiebeln
- 1 Bund Koriander (oder bei Bedarf frische Minze)
- 1 große rote Chilischote
- 2-4 EL süße Chili-Sauce
- 2 EL Fischsauce
- 3 EL Limettensaft
- 1 TL Zucker
- 2 EL geröstete, gesalzene Erdnüsse oder Cashewnüsse (nach Bedarf)
- je 4 große Salatblätter, Mangold- oder Spinatblätter

Die Glasnudeln mit kochendem Wasser übergießen. Diese 3-4 Minuten ziehen lassen. Danach in ein Sieb abgießen und mit einer Küchenschere in Abschnitte (ca. 10cm) schneiden.

Das Hähnchenbrustfilet kalt abwaschen und trocken tupfen. In kleinere, dünne Streifen schneiden. Die Hähnchenbruststreifen mit Salz und Pfeffer würzen und mit 1-2 EL Sesamöl mischen.

Bei rohen Garnelen: diese kalt abwaschen und gut trocken tupfen. Am Rücken einschneiden und den schwarzen Darmfaden entfernen.

Knoblauch und Ingwer schälen, sehr fein würfeln und mit den Garnelen mischen.

Die Frühlingszwiebel putzen und waschen. Weiße und grüne Abschnitte separat in schräge Ringe schneiden. Das Koriandergrün oder die Minze waschen und trocken schütteln. Die Blätter abzupfen und grob hacken. Die Chilischote waschen und in Ringe schneiden.



Wir wünschen viel Spaß beim Ausprobieren und Genießen.

Guten Appetit.

Den Wok erhitzen. 1-2 EL Sesamöl reingeben. Die Hähnchenbruststreifen in 4-5 Minuten von allen Seiten goldbraun braten. Anschließend herausnehmen. Das übrige Öl in den Wok geben. Die Garnelen, die weißen Frühlingszwiebeln und die Chiliringe darin 2-3 Minuten braten, wieder herausnehmen und abkühlen lassen.

Fischsauce, Limettensaft und Zucker verrühren. Die gebratenen Zutaten, Glasnudeln, Koriandergrün (oder Minze) sowie die grünen Frühlingszwiebel-Ringe untermischen. Dann – nach Geschmack – mit der süßen Chilisauce abschmecken. Alles zusammen 30-45 Minuten ziehen lassen.

Die Erd- oder Cashewnüssen können im Mörser grob zerstoßen werden. Oder auch ganz auf den Salat gestreut werden. Davor den Glasnudelsalat auf ein schönes Salatblatt anrichten. Wir haben in diesem Fall ein Mangoldblatt aus Omas Garten gewählt.

Bei diesem Salat kann man auch sehr gut variieren. Man kann sich für Garnelen oder Pute entscheiden. Oder auch die vegetarische Variante wählen, ohne Pute und Garnelen.



Seminar-Event beim IHK-Netzwerk Assistenz

Ein Interview mit Anja Neuhaus, Managerin des Netzwerks und im Team Weiterbildung der IHK-Akademie Reutlingen.



Frau Neuhaus, Sie sind die Managerin des IHK-Netzwerks Assistenz – wofür steht das Netzwerk und an wen richtet sich Ihr Angebot?

Wir haben das Netzwerk Assistenz 2009 ins Leben gerufen, um den Assistentinnen aus unterschiedlichen Bereichen einen Austausch zu ermöglichen. Im Netzwerk sind Assistentinnen aus den Vorstandsetagen und Bereichsleitungen unserer Unternehmen und Institutionen. Auch ihre Ausbildung ist ganz unterschiedlich. Von der Bürokauffrau bis zum Quereinsteiger oder der studierten BWLerin findet sich alles im Netzwerk Assistenz der IHK. Genauso wie ihre Ausbildung sind ihre alltäglichen Aufgaben im Beruf ganz unterschiedlich. Die Aufgaben sind extrem breit gefächert. Und genau für diese Zielgruppe gibt es wenig Angebote zur Weiterbildung. Das ist sehr schade. Eine Assistentin ist der Multiplikator im Unternehmen und für Außenstehende der Türöffner in die Chefetage. Hier im Netzwerk Assistenz wird speziell auf die Bedürfnisse eingegangen, die in dieser Position entstehen. Darüber hinaus gibt es fachlichen Input und direkte Kontakte zu Gleichgesinnten und in andere Führungsetagen.

Der persönliche Kontakt ist hier das Schlüsselement. Assistentinnen sitzen oft zwischen den Stühlen und sind auf sich allein gestellt. Auf der einen Seite stehen sie absolut loyal hinter ihrem Chef, auf der anderen Seite sind sie aber auch Ansprechpartner für die Mitarbeiter. Da ist es schwierig, jemanden zu finden, dem man sich anvertrauen kann. Das Netzwerk bietet hier die Möglichkeit zum Austausch.

Sie bieten Ihren Mitgliedern Veranstaltungen zur Weiterbildung und zum gegenseitigen Kennenlernen an. Dabei haben Sie schon einige Abendveranstaltungen organisiert. Worauf legen Sie den Fokus bei der Auswahl der Veranstaltungen?

Stimmt, ich habe wirklich schon viele Veranstaltungen organisiert. (lacht) Wichtig ist mir die Mischung aus fachlichem Input und dem Netzwerken im Anschluss. So versuche ich immer, eine Stunde bis anderthalb Stunden inhaltlich mit Vorträgen oder Seminaren zu gestalten und im Anschluss das Gespräch untereinander in angenehmer Atmosphäre zu ermöglichen.

Die Auswahl der Themen kommt unterschiedlich zustande. Zum einen werde ich durch meine Tätigkeit auf bestimmte Weiterbildungsbedürfnisse aufmerksam, zum anderen machen die Mitglieder des Netzwerks immer wieder Themen- oder Referentenvorschläge oder wünschen sich Weiterbildungen in bestimmten Bereichen. Wir machen deshalb auch immer wieder Brainstorming, um neue interessante Themenfelder für uns abzustecken. Das können Themen wie Soft Skills sein, Themen, die besonders Frauen im Beruf betreffen – einfache Themen, die bei uns ein „Aha-Erlebnis“ auslösen.

Am 19. November 2015 war verRückte Impulse beim IHK-Netzwerk Assistenz zu Gast. Wie kamen Sie auf die Idee, ein Seminar-Event mit einem regionalen Anbieter zu gestalten?

Grundsätzlich versuche ich, nur regionale Unternehmen einzubeziehen. Das ist nicht nur eine Kostenfrage, sondern auch erster Auftrag einer IHK: die Förderung der

regionalen Wirtschaft.

Wie ich genau auf verRückte Impulse gekommen bin, ist eher ungewöhnlich: Eine Postkarte auf meinem Schreibtisch mit Einladung zu einem Outdoor-Impulsabend hat meine Aufmerksamkeit erregt. Und dann natürlich der Name: verRückte Impulse. Der Abend brachte dann ja auch „verrückende Impulse“. (lacht)

Ich wollte für die Jahresabschlussveranstaltung des Netzwerks auch etwas Besonderes. Da kommen immer alle Mitglieder zusammen. Grundsätzlich ist es so: Alle Netzwerkerinnen suchen sich im Jahr von sieben Veranstaltungen drei aus, die sie besuchen möchten. Das sind dann immer so um die 30 Personen, die teilnehmen. Bei der Jahresabschlussveranstaltung kommen aber alle Mitglieder – da ist es natürlich schön, wenn man etwas Außergewöhnliches bieten kann, so wie mit verRückte Impulse.

Rund 60 Assistentinnen waren am 19. November in Reutlingen. Welche Erwartungen haben Ihre Netzwerkerinnen an diesem Abend mitgebracht?

Die meisten wissen schon, dass es zur Jahresabschlussveranstaltung etwas Besonderes gibt. Es sind viele ihrer Kolleginnen da, und darauf freuen sich die Mitglieder. Sie erwarten einen spannenden und unterhaltsamen Abend. Am besten ist es dann natürlich, wenn man mit einer Überraschung aufwarten kann.

Was hat Ihnen besonders an diesem Seminar-Event gefallen?

Auf jeden Fall das gemeinsame Singen! Am Anfang des Abends haben die Trainer vorausgesagt, dass die ganze Gruppe von 60 Assistentinnen zum Abschluss des Events zusammen singen würde. Da konnte ich mir das noch nicht wirklich vorstellen. Am Ende war die Atmosphäre aber so super und – das habe ich nicht erwartet – Gänsehaut-Feeling pur.

Werden Sie so ein Seminar-Event noch einmal organisieren?

Auf jeden Fall werde ich so ein Seminar-Event noch einmal organisieren – nur dann müsste es wieder etwas ganz anderes sein, eine neue verrückte Überraschung eben ...

An diesem Abend gab es viele Eindrücke. Was war Ihr persönliches „Aha-Erlebnis“? Was nahmen Sie von dieser Veranstaltung mit?

An diesem Abend gab es ein Thema, das mich besonders angesprochen hat: die eigenen Zeitressourcen. Da kam es zu der Frage, wie man seine Zeit verwendet, und das sollte man dann als Aufgabe – ganz simpel eigentlich – in ein Diagramm einzeichnen. Das ist sehr leicht herzustellen und zu visualisieren – umso erschreckender fand ich, wie wenig Zeit ich tatsächlich am Tag für mich habe! Der Tag hat 24 Stunden und da nur eine halbe Stunde für sich zu haben ... Das war wirklich eine Übung, zum Nachdenken und Reflektieren, die ich nur jedem empfehlen kann.

Bilder: verRückte Impulse, Johannes Schmid, Clara Rohloff

IHK-Netzwerk Assistenz

Das IHK-Netzwerk Assistenz unterstützt Assistentinnen bei der Weiterbildung und beim Erfahrungsaustausch mit anderen. Das Networking funktioniert ganz unkompliziert bei Abendveranstaltungen mit fachlichem Input und anschließendem formlosen Erfahrungsaustausch oder aber bei besonderen Events wie Unternehmensbesuchen oder Ähnlichem. Die Organisation übernimmt die IHK.

Das Netzwerk bietet seinen Mitgliedern:

- Motivation und Impulse für den Berufsalltag
- Austausch von Erfahrungen
- Weiterbildungen für den Beruf und die eigene Person
- Seminare direkt vor der Haustür
- Networking mit anderen Assistentinnen und Unternehmen

Eindrücke vom Seminar-Event:
verRückte Impulse – die Trainerkooperation Neckar-Alb zu Gast beim IHK-Netzwerk Assistenz in Reutlingen.



Führen spüren

Was haben Hunde in einem Unternehmen zu suchen?

von Nicola Hoffmann



Und was können Führungskräfte, Mitarbeiter, Projektleiter oder ganze Teams von Hunden lernen? Zuerst: Auf die Körpersprache kommt es an! Wer das eine sagt, aber etwas ganz anderes vermittelt, wird vom Kommunikationspartner nicht ernst genommen – und vom Hund schon gar nicht. Und keine Sorge: Sie brauchen selbstverständlich keine Hundeerfahrung oder gar einen eigenen Hund.

Dirk P. ist leitender Angestellter. Ein typischer leitender Angestellter. Immer in Bewegung, immer fordernd und immer ein bisschen ungeduldig. Und nun soll er diese einfache Übung machen. Einen Hund einige Meter führen. Ohne Leine. Führen. Einen Hund. Forsch geht Dirk P. an diese Aufgabe und ruft Tuuli zu sich. Der junge Rüde reagiert nicht. Bleibt einfach liegen. Auf dem Teppich. Bei seinen beiden Hundedamen. Dirk P. denkt nach. Versucht zu motivieren. Keine Reaktion. Dirk P. reagiert genervt. Wird laut. Keine Reaktion. Dirk P. denkt nach. Seine Gesichts-

züge entspannen sich. Seine Körperfasern auch. Sie sagen: Hier musst du dir ein bisschen mehr Zeit nehmen. Erst dann, nach einigen Minuten, finden Mensch und Hund zueinander, es entsteht eine Verbindung, sie verstehen sich. Und dann klappt auch die Übung. Tuuli lässt sich ohne Probleme führen. Sogar ein paar Meter mehr. Von Dirk P.

Als der leitende Angestellte später das Video anschaut, muss er lachen. „Zuerst stand ich regungslos da. Wie ein Baum“, sagt er, „da hätte ich mich an Tuulis Stelle auch nicht

bewegt.“ Die Videobilder zeigen ihm schließlich, worauf es ankommt. „Als ich den richtigen Schlüssel gefunden hatte, nämlich eine Verbindung aufbauen, klares, zielgerichtetes Handeln – da ging es plötzlich sehr einfach“, sagt Dirk P. Und er lächelt dabei stolz. Als wolle er sagen: Der Hund ist auch nur ein Mensch.

Eine Erkenntnis, die sich gut auf den (Arbeits-)Alltag übertragen lässt: Wie stelle ich eine Verbindung her? Wie motiviere ich meine Mitarbeiter? Warum kommt meine Motivation nicht an? Woher weiß ich, was mein

Gegenüber benötigt? Was brauchen wir als Team, auch wenn es nur aus zwei Menschen besteht? Fragen, mit denen sich Führungskräfte jeden Tag auseinandersetzen (sollten). Und nicht nur Führungskräfte. Wir glauben, uns bei einem Meeting, bei einem Mitarbeitergespräch, bei einem Konflikt deutlich ausgedrückt zu haben. Doch unser Gegenüber reagiert anders, als wir es erwarten. Das Problem ist: Nur ein sehr kleiner Teil dessen, was wir kommunizieren, ist uns wirklich bewusst. Wir strahlen Dinge aus, die oft nicht zu dem Gesagten passen, aber vom

Gegenüber dennoch wahrgenommen werden.

Und der Hund?

Besitzt ein ganz besonderes Gespür für diese unbewussten Verhaltensweisen, Emotionen und Führungsqualitäten. Er dient uns als Spiegel und gibt ein ehrliches und unmittelbares Feedback. Er begrüßt souveränes und klares Auftreten. Sprachliche Gewandtheit, ein schicker Anzug oder ein akademischer Titel sind dem Hund egal. Völlig egal. Uns helfen die Übungen mit den

ausgebildeten coachdogs®, neue Erfahrungen und Erkenntnisse in den beruflichen Alltag zu „übersetzen“. Denn nur ein klares Rollen- und Aufgabenverständnis, eindeutige Strukturen und eine wertschätzende Kommunikation (verbal und nonverbal) führen zum Ziel. Durch das aktive, emotionale Erleben mit den Vierbeinern erfahren wir Wertvolles über uns selbst. Wir nehmen Emotionen bewusst wahr, schätzen sie richtig ein und nutzen die neuen Erkenntnisse für die täglichen Herausforderungen.

Bilder: Nicola Hoffmann

Effizienter arbeiten – nachhaltiger führen

von Bernd Kollmann



Wenn wir heute an Manager und Vorgesetzte denken, haben wir häufig den viel beschäftigten, ständig erreichbaren und überarbeiteten Mitarbeiter mit Führungsverantwortung im Kopf. Die Welt dreht sich schneller, die Zeit wird knapper. Daher empfiehlt es sich, immer mal wieder die eigenen Abläufe zu hinterfragen. Welche Fallen Vorgesetzte vermeiden sollten, um nicht Opfer der eigenen Arbeit zu werden, ist hier prägnant zusammengefasst.

✓ Delegieren – nichts für mich!

Oft gehen wichtige Informationen unter, weil sie im Trubel der täglichen Arbeit nicht weitergegeben werden. Als Vorgesetzter sind Sie vielleicht zu beschäftigt mit den verschiedensten Aufgaben aus allen Bereichen. Warum eigentlich? Die Stärke eines Vorgesetzten liegt darin, wichtige von unwichtigen Aufgaben zu unterscheiden und Letztere entsprechend zu delegieren. Verantwortung an seine Mitarbeiter weiterzugeben heißt gleichermaßen, die Angst des Scheiterns abzubauen und eigenverantwortliche Mitarbeiter heranzuziehen. Davon profitiert nicht nur der Chef; auch die Mitarbeiter werden dadurch wirkungsvoller motiviert und vor allem wertgeschätzt.

✓ Ist wichtig gleich dringlich?

Was im Tagesgeschäft zunächst wichtig erscheint, stellt sich bei genauerem Blick oft als dringlich heraus. Eine wichtige Aufgabe der Führungskraft ist es, Fragen und Themen mit Zukunftsblick voranzutreiben. Dadurch erhält das Tagesgeschäft seine Struktur – und nicht

umgekehrt. Das Team erhält eine klare Orientierung und kann wichtige Punkte gar nicht erst dringlich werden lassen – dank eines durchdachten Zeitrahmens.

✓ Feuerwehrmann oder Designer?

Im Alltag eines Managers sollte es den Alltag eigentlich nicht geben. Es ist Aufgabe der Führungskraft, ein Team zu führen und zu managen. Doch die Realität sieht anders aus: Die Führungskraft ist ins operative Tagesgeschäft eingebunden, und das raubt oftmals die Zeit, die zum Formen des Unternehmens nötig wäre. Hand aufs Herz: Wie oft müssen Sie Brände im Tagesgeschäft löschen, anstatt sich um Ihre eigentliche unternehmerische Arbeit zu kümmern? Nehmen Sie sich die Zeit zum Gestalten und bringen Sie Ihre Mannschaft als Ganzes voran!

✓ Morgen ist jetzt

Sie sind erfolgreich und alles läuft nach Plan? Gut. Und was kommt morgen? Eine erfolgreiche Führungskraft ist wachsam für die Entwicklungen unserer schneller werdenden Servicegesellschaft. Kunden wollen nicht nur ein Produkt, sondern eine Lösung für ihr Anliegen mit Mehrwert. Hier ist es wichtig, immer einen Schritt voraus zu sein, denn unsere Kunden sind durch Internet, Social Media oder Presse immer besser mit Produkt- und Service-Know-how ausgestattet.

✓ Stichwort digitale Diät

Sie sind ständig beschäftigt, aber Ihre eigentliche Arbeit bleibt liegen? Vielleicht liegt dem Übel unsere „Always-on“-Gesellschaft zugrunde: die ständige Erreichbarkeit. Versuchen Sie, dem kontinuierlichen Empfang von E-Mails, Benachrichtigungen in sozialen Netzwerken und Telefonaten entgegenzuwirken, und gestalten Sie Ihren Tag in Blöcken: Reservieren Sie feste Zeiten für Ihre Projekte und auch, um E-Mails und Co. effizient abzuarbeiten.

✓ „Auf den letzten Drücker“

Projekte entwickeln sich in der Realität, trotz vorheriger Planung, meist gemäß dem 80/20-Prinzip: 80 Prozent der Arbeit müssen in 20 Prozent der verfügbaren Zeit erledigt werden. Das muss nicht so sein! Ausreichend Kapazitäten für alle Aufgaben gibt es zwar nicht, dafür aber genug Zeit für das Wesentliche. Und darauf kommt es an. Entscheidende Meilensteine helfen Ihnen dabei, unrealistischen Planungen gekonnt zu entgehen.

✓ Status: Bitte nicht stören!

Nicht die eigentliche Arbeit kostet Zeit, sondern vielmehr Unterbrechungen und Ablenkungen während der Arbeit. Ob nun digital oder analog, spielt dabei nur eine untergeordnete Rolle: Jedes zusätzliche Meeting, jede E-Mail, jedes Gespräch reißt Sie aus dem Arbeitsfluss. Versuchen Sie deshalb, nicht nur von Ihrem Smartphone Abstand zu nehmen, sondern sich auch bei Ihren Mitarbeitern für bestimmte Tageszeiten auszuklinken und die Open Door Policy für produktives Arbeiten blockweise ruhen zu lassen.

✓ Work-Life-Balance

Immer erreichbar. Immer zur Stelle. Immer angespannt. Die Frage ist nur: Wie lange noch? Wer auch am Wochenende oder im Urlaub nicht abschaltet, begeht Raubbau an wertvollem Vermögen, sprich: an der eigenen Zeit und Kraft. Widmen Sie sich Ihrer Familie und Ihren Hobbys, denn die sind nachhaltig – nicht aber Ihre E-Mails von Freitagabend.

✓ Die Reihenfolge macht's

Die Schwierigkeit der täglichen Arbeit besteht nicht unbedingt in der Aufgabe selbst, sondern in der Priorisierung der zahlreichen Aufgaben. Die wegweisenden Schlüsselaufgaben zu filtern, sie richtig zu werten und die restlichen Aufgaben weiterzugeben, das ist die Kunst des Managements. Dies spart Zeit und lässt Raum für Ideen – Ideen für Sie und Ihr Team.

Welche Fallen haben Sie schon erlebt? In welche sind Sie schon getappt bzw. haben Kollegen tapten sehen?

Schreiben Sie uns Ihre Erfahrungen zur Ergänzung dieser Liste einfach per Mail an

info@trainerkonzepte.de

Sabrina Bardas



Sabrina Bardas ist schon seit vielen Jahren begeisterte Ernährungstherapeutin für jede Körperform von Bohnenstange bis hin zu Apfel und Birne. Die Esspertin für Essen mit Spaß und Genuss und ihr Team bieten ein Ernährungskonzept, bei dem Essen natürlich lecker schmecken darf, ohne Diät, Punkte oder Kalorien zählen. Unsere Präventionskurse sind krankenkassenzertifiziert und bezuschussbar.

essbar – das genusscoaching
Dipl.-Oecotrophologin Sabrina Bardas
 Tel.: +49(0)711 5285 9874
 E-Mail: info@ess-bar-das.de
 Web: www.ess-bar-das.de

Nicola Hoffmann



Keine Hundeschule – sondern eine „Menschenschule“ für Kommunikation mit vierbeinigen Experten für Zweibeiner. Hunde in Unternehmen – ein inspirierender Ansatz. Wir möchten Menschen ermutigen. Mut machen zur Veränderung. Mut für einen Perspektivenwechsel und neue Sichtweisen. Mut, mit Spaß und Begeisterung Dinge anzupacken und zu verändern. Nicola Hoffmann arbeitet nach dem mehrfach ausgezeichnetem coachdogs® Konzept.

Nicola Hoffmann
 Tel.: +49(0)711 4110 8588
 Mobil: +49(0)170 235 2170
 E-Mail: info@nicola-hoffmann.de
 Web: www.nicola-hoffmann.de

Andrea Mettenberger



Wir glauben daran, dass es **Einfach.** ist Menschen zu entwickeln und zum Erfolg zu führen. Dass es **Passend.** ist dies mit klaren, offenen Worten zu tun. Und dass **Anders.** zu sein, die beste Methode ist Spaß und Freude an der Arbeit zu haben.

Einfach. Passend. Anders.
 Das individuelle und messbare Trainings- und Coachingkonzept für Unternehmer, Führungs- und Fachkräfte.
trainer konzepte
Inhaberin Andrea Mettenberger
 Tel.: +49 (0)7121 137 5332
 Mobil: +49 (0)151 507 260 20
 E-Mail: info@trainerkonzepte.de
 Web: www.trainerkonzepte.de

Bernd Kollmann



In über 25 Jahren auf den unterschiedlichsten „Bühnen“ der Wirtschaft (Vertrieb, Führung, Unternehmer, Trainer, Coach und Speaker) habe ich meine Grundlagen geschaffen und vielseitige Erfahrungen gesammelt. Eine 6-jährige Trainer- und Coachausbildung vervollständigt mein Wissen um die Pädagogik, Andragogik und Psychologie. Seit über 15 Jahren gebe ich die gewonnenen Erfahrungen und das Know-How an meine Klienten weiter.

Bernd Kollmann
 Tel.: +49 (0)7121 748 4015
 Mobil: +49 (0)178 529 6365
 E-Mail: info@berndkollmann.de
 Web: www.berndkollmann.de

Stephan Danco



Hier steht Klettern und Bouldern mit Spaß im Vordergrund. Das Kletterzentrum Reutlingen bietet vom Grundkurs bis zum Individualtraining verschiedene Kurse an. Events zur Teambuilding oder Kindergeburtstage können dort ebenso durchgeführt werden. Da kann man ganz gesichert die Wände hochgehen.

DAV Kletterzentrum - Reutlingen
 Rommelsbacherstr. 65
 72760 Reutlingen
 Tel.: +49 (0)7121 988 5564
 E-Mail: info@kletterzentrum-reutlingen.de
 Web: www.kletterzentrum-reutlingen.de


verRückte Impulse



Die Trainerkooperation Neckar-Alb! Das sind die verRückten Impulse aus Reutlingen. Trainings, Seminare und Workshops sowie Einzelcoachings für die ganzheitliche Personalentwicklung sind unsere Aufgabe. Unsere Konzepte und Impulse liefern neue Sichtweisen, inspirieren und sind ein wahrer Frischekick.

verRückte Impulse - Die Trainerkooperation Neckar-Alb
 Tel.: +49 (0)7121 695 8411
 E-Mail: info@verrueckte-impulse.de
 Web: www.verrueckte-impulse.de

Stuttgart BC



StuttgartBC bietet Unternehmern, Geschäftsleuten, Führungskräfte und allen Interessierten aus der Metropolregion Stuttgart die Plattform sich professionell zu vernetzen und Networking zu betreiben. Unsere Events bieten die Basis bestehende und neue Kontakte aus dem virtuellen Netzwerk im „realen Leben und persönlich“ kennen zu lernen und zu erweitern. Die Events finden unter dem Motto statt: „Persönliches zählt. Geschäftliches ergibt sich.“

Stuttgart BC
Ralf Löbbe
 Tel.: +49 (0)174 324 4741
 E-Mail: info@StuttgartBC.de
 Web: www.xing.to/stuttgartbc

31.3.-1.4.2016 in Hamburg**Wirkungsvoller Präsentieren – so geht´s!**

Vom Formulieren der richtigen Botschaften und der Auswahl von überzeugenden Visualisierungen über die passende und authentische Körpersprache bis hin zum Fesseln der Aufmerksamkeit Ihrer Zuhörer zeigen wir Ihnen in einem intensiven Training, wie Sie aus Ihrer Präsentation das absolute Maximum herausholen. Im Mittelpunkt steht Ihre Entwicklung zu einer souveränen und wirksamen Präsentationspersönlichkeit, die ihr Publikum mitreißt und begeistert.

Zielgruppe: Führungskräfte, die regelmäßig vor einem größeren Publikum präsentieren Berater, die souverän auftreten wollen Sales Profis, die immer wieder vor Kunden stehen.
Detailinformationen unter:
www.k16.de/services/wirkungsvoller-praesentieren/

K16, Thorsten Behnke
Tel. +49 (0)40 4100 4485

05.04. bis 10.05.2016 in Esslingen
17.30 - 19.00 Uhr oder 19:30 - 21:00 Uhr**Diäten machen dick!
Lieber Essen+Abnehmen mit
Spaß+Genuss!**

Möchten Sie endlich satt, zufrieden und glücklich sein?
Ein krankenkassenbezuschter Ernährungskurs für Waschbär- oder Babybauch-Verkleinerer, Glücksgewichts-PiratInnen sowie Diät-Verweigerer, die Punkte und Kalorien zählen, Hungern und Jojo-Effekt satt haben.

Ich zeige Ihnen den Weg zu zwanglosem Essen ohne Diätplan und Verbote, dafür mit viel Spaß und Genuss für Ihr langfristiges Glücksgewicht!

essbar – das genusscoaching
Sabrina Bardas
Tel.: +49(0)711 5285 9874
www.diaetenmachendick.de

12.04.2016 in Reutlingen
18:00–20:00 Uhr**Impulsabend: Generation Y – Generationenwandel in der Arbeitswelt**

Welche strategischen Ansätze gibt es für die Zusammenarbeit mit der Generation Y? Auf welche generationsspezifischen Auswirkungen und Handlungsfelder müssen sich Unternehmen einstellen?

verrückte Impulse – die Trainerkooperation Neckar Alb lädt ein: zum Erfahrungsaustausch, Diskutieren und auf neue Impulse.

Kostenfreie Veranstaltung.
Wir bitten um Anmeldung unter: info@verrueckte-impulse.de

verrückte Impulse - Die Trainerkooperation Neckar-Alb
Tel. +49 (0)7121 695 8411, info@verrueckte-impulse.de

20.04.2016 in Reutlingen
Beginn: 17:00 Uhr**IHK-Netzwerk Assistenz:
Der Spiegel meines Auftretens und
meines unbewussten Verhaltens**

Der Abend inspiriert: Kommunizieren, vertrauen und führen mit dem Hund als Co-Trainer. Referentin: Nicola Hoffmann

Weitere Informationen zum IHK-Netzwerk Assistenz und Anmeldung unter:

Anja Neuhaus
Tel. +49 (0)7121 20 1279
neuhaus@reutlingen.ihk.de

11.05.2016 in Reutlingen
18:00–20:00 Uhr**Impulsabend:
Brain & Food – Fit im Job**

Mental und intelligent gestärkt durch den Arbeitstag kommen.

- Seine Ressourcen entdecken und nutzen
- Entspannungstechniken in den Berufsalltag einbauen
- taff anstatt schlaff durch lecker, leichte Kost

Kostenfreie Veranstaltung.
Wir bitten um Anmeldung unter:
info@verrueckte-impulse.de

verrückte Impulse - Die Trainerkooperation Neckar-Alb
Tel. +49 (0)7121 695 8411, info@verrueckte-impulse.de

04.06.2016 in Reutlingen
9:30-18:00 Uhr**Trainingsbedarfsanalysetag
für Führungskräfte**

Für alle Führungskräfte, die sich konsequent weiterentwickeln wollen. Es aber satt haben immer im Nebel zu stochern und keine Lust auf „heiße Kohlen“-Wochenenden haben.

Mit diesem Analysetag erhalten Sie die Übersicht an welchen Stellen Ihre Führungskompetenzen Entwicklungsbedarf haben. Max. 6 Teilnehmer.

Investition: 349,- € (inkl. MwSt.)
inkl. Führungskompetenzanalyse, Getränken und Pausensnacks

Bernd Kollmann
Tel. +49 (0)7121 748 4015, bk@berndkollmann.de

11.6.2016 in Ostfildern
10.00-18.00 Uhr**Führen spüren**

Kennen Sie das? Sie haben sich bei einem beruflichen Meeting oder einem Mitarbeitergespräch deutlich ausgedrückt – und doch reagiert Ihr Gegenüber anders als erwartet?

Warum? Wir strahlen oft unbewusst Dinge aus, die nicht zu dem Gesagten passen, aber vom Gegenüber genau wahrgenommen werden.

Die Lösung: Meine ausgebildeten coachdogs® geben Ihnen ein ehrliches Feedback zu Ihren kommunikativen Fähigkeiten und Führungsqualitäten. Dabei erleben Sie Ihre Talente und gemeinsam bauen wir diese in Ihrem beruflichen Alltag weiter aus.

Und keine Sorge: Sie brauchen keine Hunde-Erfahrung oder gar einen eigenen Hund.

Investition: 140 € für Selbstzahler und 295 € für Firmenzahler (inkl. MwSt.) inkl. Handout, Getränken und Pausensnacks

Nicola Hoffmann
Tel: +49 (0)711 4110 8588, info@nicola-hoffmann.de

**HR-Brunch auf der Personal Süd
Stuttgart BC präsentiert das Unternehmerfrühstück
am 10. und 11. Mai 2016**

Die Personal Süd ist die Fachmesse für Personalmanagement in Stuttgart. Sie findet am **10. und 11. Mai 2016** in der Messe Stuttgart statt. An beiden Tagen treffen sich Unternehmer und Personalentscheider zum HR-Brunch, der vom Stuttgart Business Club (Stuttgart BC) präsentiert wird. Die beiden Spotlights der Messe werden auch hier thematisiert.

Am ersten Tag steht das Thema „Digitales Arbeiten“ im Mittelpunkt. Das Personalmanagement im Mittelstand bildet den Schwerpunkt des zweiten Tages. Entsprechende Impulsvorträge liefern Anregungen für die Arbeit im Personalmanagement und Gesprächsstoff für den weiteren Brunch und die Messe.

Eine professionelle Moderation wird kompetent durch den Vormittag führen und weitere inhaltliche Impulse geben. Das Moderatorenteam von Stuttgart BC steht für Fragen rund ums Netzwerken, Veranstaltungen und individuelle Fortbildungen zur Verfügung.

Die Organisatoren freuen sich auf einen regen Austausch und viele neue Kontakte. Weitere Informationen zur Personal Süd erhalten Sie unter www.personal-sued.de. Stuttgart BC ist das Businessnetzwerk für die Wirtschaftsregion Stuttgart. Informationen und Kontakt erhalten Sie unter www.xing.to/stuttgartbc.

**Wollen Sie in der nächsten
Ausgabe der Zukunft
gestalten mitwirken?**

Haben Sie etwas zu einem spannenden Thema zu berichten das unsere Leser interessiert?

Wollen Sie Ihr Unternehmen im Rahmen eines Unternehmensporträts vorstellen?

Wollen Sie Ihre Veranstaltung(en) im Kalender bewerben?

Haben Sie eine spannende Coaching-/ Trainingsmethode die Sie im Methodenporträt veröffentlichen wollen?

Dann schreiben Sie uns an:
info@trainerkonzepte.de



**Bis zur nächsten Ausgabe
im Juli 2016 ...**

www.trainerkonzepte.de