

IMPULSE-SEMINARE

# GESUNDHEITSMANAGEMENT

## AUSZEIT-TAG IN DER NATUR

Ein Tag für Ihre Mitarbeiter\*innen zum Entschleunigen, Durchatmen und Auftanken

Unsere digital-globale Hochleistungswelt mit ihrer starken Veränderungsdynamik fordern die Mitarbeiter\*innen. Druck und Stress nehmen zu. Stetig steigende krankheitsbedingte Ausfälle und Mitarbeitendenfluktuation zeigen Unternehmen und Organisationen deutlich die „Kosten“ dieser Entwicklungen. Wie erfreulich ist es da, dass Arbeitgeber immer öfter erkennen, wie wichtig das persönliche Wohlbefinden und die Stress-Resilienz der Mitarbeiter\*innen ist – für den Erfolg des ganzen Unternehmens.

Mit einem gemeinsamen Auszeit-Tag können Sie dem starken Einsatz Ihrer Mitarbeiter\*innen Anerkennung schenken. Die Mitarbeiter\*innen bekommen die Chance, mal bewusst eine Pause einzulegen, die eigenen Batterien wieder aufzuladen und neue Kraft und Zuversicht zu entwickeln.

Fernab des hektischen Arbeitsalltags – in der Natur – können die Mitarbeiter\*innen innehalten und ihre persönliche Situation reflektieren. Hier kann jede\*r für sich selbst erkennen, was den eigenen Stress auslöst und was er/sie stattdessen braucht.

In der Natur und mit gezielten Outdoor- und Achtsamkeitsübungen finden die Mitarbeiter\*innen leicht wieder in Kontakt zu sich selbst und ihrer eigenen Kraft, so dass sie anschließend mit neuen Impulsen gestärkt und motiviert in den Arbeitsalltag zurückkehren können.

Ein Tag in der Natur für die Resilienz und die Work-Live-Balance Ihrer Mitarbeiter\*innen.

Das Angebot eignet sich sowohl für einzelne Mitarbeiter\*innen als auch für ganze Teams.

**WACHSEN.  
AN HERAUSFORDERUNGEN.  
DURCH ERFOLGE.**

Impulse – Die Kommunikationsexperten  
[www.impulse-experten.de](http://www.impulse-experten.de)

### SEMINARLEITUNG

Dr. Anja Kellermann

Impulse-Expertin  
und Business-Coach



### TAG

Termine auf Anfrage

### UHRZEIT

09:00 Uhr bis 17:00 Uhr

### ORT

Nach Absprache; möglich sind  
Indoor- und Outdoor-Kombinationen

### KOSTEN

490,00 Euro (zzgl. MwSt.)

Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung!

E-Mail: [info@impulse-experten.de](mailto:info@impulse-experten.de)

Tel.: 069. 95 19 90 87

[info@impulse-experten.de](mailto:info@impulse-experten.de)