Teilnahmebedingungen

1. Anmeldung
Die Anmeldung zur Teilnahme an Seminaren der Tourismuswerkstatt Eifel (des weiteren „TW" genannt) soll möglichst früh erfolgen. Eine rechtzeitige Anmeldung liegt im Interesse der Teilnehmenden. Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge ihres Eingangs berücksichtigt. Mit der Anmeldung erkennt der Teilnehmende die Teilnahmebedingungen an. Die TW bestätigt den Eingang der Anmeldung per E-Mail oder Brief. Sollte das Seminar ausgebucht sein, teilen wir Ihnen mit, ob und wann eine Wiederholungsveranstaltung geplant ist. Die fälligen Kosten werden im Vorfeld des Seminars per Rechnung direkt mit den Teilnehmenden abgerechnet. Alle Teilnehmenden erhalten nach dem Seminar eine Bescheinigung der TW.

2. Rücktritt und Stornierung
Bei verhinderter Teilnahme ist eine umgehende Abmeldung erforderlich. Abmeldungen, die bis zum jeweiligen Anmeldeschluss des Seminars (immer 14 Tage vorher) bei der TW eingehen, werden kostenfrei storniert. Teilnehmende, die danach zurücktreten oder nicht zu den Seminaren erscheinen, sind grundsätzlich zur Zahlung der vollen Kosten verpflichtet. Diese Verpflichtung entfällt, wenn nachzeitig ein Ersatz benannt wird und teilnimmt.

3. Absage, Ausfall und Verlegung von Seminaren
Die Durchführung eines Seminars ist an eine Mindestteilnehmendenzahl gebunden. Bei ungenügender Beteiligung hat die Tourismuswerkstatt das Recht, Seminare abzusagen. Bereits gezahlte Entgelte werden zurückerstattet, weitergehende Ansprüche sind ausgeschlossen. Dies gilt auch für verschobene Seminare. Ein Wechsel der Referent:innen oder des Seminarraumes berechtigt die Teilnehmenden nicht zum Rücktritt vom Vertrag. Die TW behält sich vor, Präsenzveranstaltungen aufgrund von unvorhersehbaren Ereignissen (z.B. Epidemie/Pandemie) online anzubieten oder zu verlegen.

4. Haftung
Die TW und die beteiligten Projektpartner:innen haften nicht bei Unfällen, für Sach- und Körperschäden sowie für Verlust oder Diebstahl mitgebrachter Gegenstände. Der Besuch aller Seminare im Rahmen der TW erfolgt auf eigene Gefahr.

5. Getränke & Verpflegung
Bei allen Seminaren sind die Getränke im Seminarpreis enthalten. Die Verpflegung bei Tagesseminaren erfolgt auf Selbstzahlerbasis.

Qualitäts- und Qualifizierungsoffensive Eifel - Tourismus
Birgit Linden und Lara Linden, Tourismuswerkstatt-Eifel
c/o Nordeifel Tourismus GmbH
Bahnhofstraße 13 - 53925 Kall - Tel. 02441. 99457-23
birgit.linden@tourismuswerkstatt-eifel.de
www.tourismuswerkstatt-eifel.de

Europäischer Landwirtschaftsfonds für die Entwicklung des ländlichen Raums (ELER): Hier investiert Europa in die ländlichen Gebiete, unter Beteiligung des Landes Nordrhein-Westfalen

Kofinanziert von der Europäischen Union

Ministerium für Landwirtschaft, und Verbraucherschutz des Landes Nordrhein-Westfalen

14. Januar 2025

MODERATIONSTRAINING

Die Kunst Gruppen zu leiten
Das Ziel des Moderationstrainings ist es, die Fähigkeiten der Teilnehmenden zu stärken, um effektiv und zielorientiert Besprechungen, Workshops und Arbeitsgruppen zu leiten. Die Aufgabe der Moderatorin / des Moderators ist es, das Potential der Gruppe zu aktivieren, zielgerichtet Ideen zu finden sowie ergebnis- und zielorientiert zu arbeiten. Ebenso dient eine gute Moderation dazu Probleme/Konflikte zu lösen, Strategien zu entwickeln, Entscheidungen vorzubereiten und Prozesse zu optimieren. Das Training kombiniert theoretische Wissensvermittlung mit praktischen Übungen.

Inhalte
- Grundelemente einer Moderation
- Rollen und Selbstverständnis der Moderatorin/des Moderators
- Wirkung als Moderatorin/Moderator, selbstsicher und souverän moderieren
- Kommunikation, Fragetechniken und Gesprächsführung
- Vorbereitung und Planung einer Moderation
- Strukturierte Leitung von Diskussionen
- Teilnehmende aktiv einbinden und Förderung des Engagements
- Moderationsmethoden und -techniken
- Konfliktmanagement: Umgang mit herausfordernden Situationen und Teilnehmertypen
- Praktische Übungen

Funktionalpartnerinnen und Funktionalpartner, leitende Mitarbeitende, Wirtschaftsförderungsgesellschaften, Tourismusorganisatoren
max. 20 Personen
Di. 14.01.2025
09:00 - 16:00 Uhr
Kloster Nettersheim
Sabine Wierts | Conaix GmbH
130 €

21. Januar 2025

EVENTS

Erfolgreich planen und durchführen
Jedes Event ist eine Veranstaltung, doch nicht jede Veranstaltung erfüllt die Kriterien eines nachhaltig wirksamen Events. Durch den gezielten Einsatz von Erfolgsbausteinen haben Sie die Möglichkeit, Ihre Veranstaltung in ein unvergessliches Event zu verwandeln. Im Seminar erwerben Sie die grundlegenden Kenntnisse der Veranstaltungsplanung. Hier lernen Sie den Umgang mit den verschiedenen Planungsphasen im Eventmanagement kennen und entwickeln sowohl Checklisten und Zeitpläne für den Aufbau, Ablauf und die Nachbereitung Ihrer erfolgreichen Firmenevents. Anhand realistischer Fallstudien analysieren Sie die Gemeinsamkeiten und spezifischen Herausforderungen unterschiedlicher Veranstaltungen, sowie Strategien effektiver Planung. Von der Kostenkalkulation und den Veranstaltungsinhalten über die Gästeliste und Einladungen, bis hin zu Catering und der Auswahl des Veranstaltungsortes.

Inhalte
- Bausteine der wirkungsvollen Eventplanung
- Hilfsmittel bei der Veranstaltungsplanung
- Strategie und Marketing
- Budgetplanung und -kontrolle
- Rahmenbedingungen
- Best of Marketing-Know how: So begeistern Sie ihre Zielgruppe
- Praktisches Erarbeiten

alle touristischen Akteure
max. 20 Personen
Di. 21.01.2025
09:00 - 16:00 Uhr
Herrenhaus Burg Vlatten Heimbach
Lydia Birker I PlanB Medien GmbH
115 €

27. Januar 2025

EVENTS

Sicherheit bei Veranstaltungen I Gefahren frühzeitig erkennen
Die Sicherheit Ihrer Veranstaltungen steht heute mehr denn je im Fokus des öffentlichen Interesses. Besonders wenn es sich dabei um Aktionen im öffentlichen Raum handelt, sind die damit verbundenen Aufgaben für die Veranstalter umfangreicher und anspruchsvoller geworden. Daher sollte die Erstellung von Gefährdungsbeurteilungen und Sicherheitskonzepten weniger als notwendiges Übel, sondern vielmehr als Bestandteil Ihrer professionellen Werkzeugkiste gesehen werden, die Ihnen hilft, mögliche Gefahren zu erkennen und frühzeitig zu entschärfen. In diesem Seminar erfahren Sie, wie Sie bereits im Vorfeld viele Hürden aus dem Weg räumen können, welche Genehmigungen erforderlich sind und welche Rechtsgrundlagen bestehen.

Inhalte
- Vor dem Event ist nach dem Event - Gute Planung reduziert Aufwand und Kosten
- Welche Rechtsgrundlagen gelten, welche Genehmigungen benötige ich und warum
- Alltagsprobleme bei Events / Risiko Mensch
- Schutzziele, Risikoanalyse und Gefährdungsbeurteilung
- Räumungskonzept oder Sicherheitskonzept

alle touristischen Akteure
max. 20 Personen
Mo. 27.01.2025
09:00 - 15:00 Uhr
Herrenhaus Burg Vlatten Heimbach
Falco Zanini | Meister für Veranstaltungstechnik
115 €

4. Februar 2025

KI IM TOURISMUS I EINSATZ VON CHAT GPT

Chat GPT im Berufsalltag gewinnbringend einsetzen
Im Seminar lernen Sie Schritt für Schritt verschiedene KI–Werkzeuge mit unterschiedlichen Anwendungsbereichen kennen. Anhand vieler praktischer Beispiele erkennen Sie kritische Punkte bei der Nutzung von KI ebenso, wie die Möglichkeiten „Kollege KI" effektiv in den Arbeitsalltag zu integrieren. Von Prozessoptimierung bis Kreativität, von Datenanalyse bis Textentwicklung. Sie lernen effizientes Prompting und verschiedene Techniken des Promptings kennen, um KI für Ihr Unternehmen individuell bestmöglich zu nutzen.

Inhalte
- Sie lernen die Grundlagen verschiedener KI-Werkzeuge und von ChatGPT kennen
- Sie kennen die Chancen und die Möglichkeiten, aber auch die Risiken und die Grenzen von ChatGPT
- Sie wissen, was ein Prompt ist und welche Rolle dieser bei der Arbeit mit ChatGPT spielt
- Sie lernen, effizientere Prompting-Techniken anzuwenden und für Ihr Unternehmen individuell einzusetzen
- Sie lernen verschiedene Techniken des Promptings kennen und anzuwenden
- Sie kennen unterschiedliche KI-Werkzeuge und deren Relevanz für Ihren Berufsalltag

alle touristischen Akteure
max. 20 Personen
Di. 04.02.2025
10:00 - 15:00 Uhr
Seepark Zülpich
Martin Schmitz I Schmitz Marketing GmbH
99 €

11. Februar 2025

KI COMPLIANCE MEISTERN

Regelkonformität in KI für Ihr Unternehmen
KI als Technologie hält mittlerweile in allen Bereichen des Arbeitsalltags Einzug. Gerade touristische Organisationen und Betriebe können von dem erheblichen Mehrwert von KI als Unterstützungssystem profitieren. Nicht zuletzt kann durch Nutzung von Sprachmodellen und generativer KI der Bereich der Content-Creation innovativer und ressourcenschonender gestaltet werden. Doch was sind eigentlich die Grenzen in der Handhabung? Worauf sollten Touristikerinnen und Touristiker oder andere touristische Akteure bei der Beschaffung von Systemen achten und wie kann eine rechtssichere Nutzung erfolgen? Wir geben den Teilnehmenden einen kurzen Überblick über die wichtigsten Regelungen und wie damit in der touristischen Praxis umzugehen ist.

Inhalte
- Rechtliche Einordnung von Künstlicher Intelligenz
- Rechtsrahmen
- Content Creation mit KI – Was sind urheberrechtliche Grenzen
- Veröffentlichen KI-basierten Contents – Was ist zu kennzeichnen
- KI-Modelle, Datenschutz & Geschäftsgeheimnisse
- Bilddatenbanken & KI – Nutzungsbedingungen müssen her
- Guidances, Policies und interne Richtlinien – Was ist zu regeln
- Umgang mit urheberrechtlich geschütztem Material (Fotos, Lizenzen & Co.)

alle touristischen Akteure
max. 20 Personen
Di. 11.02.2025
09:30 - 13:30 Uhr
Seepark Zülpich
MORGENSTERN I Rechtsanwaltsgesellschaft mbH
89 €

18. Februar 2025

TI: DIE TOURIST INFORMATION DER ZUKUNFT

Wie mache ich meine TI fit für die Zukunft
Das Seminar soll helfen, sich auf die zukünftigen Anforderungen und Herausforderungen im Bereich der Tourist Informationen vorzubereiten und innovative Lösungen zu entwickeln. Tourist Informationen sind permanent gefordert, sich neuen Rahmenbedingungen, Reisegewohnheiten und einem vollkommen veränderten Kommunikations- und Informationsverhalten anzupassen. Was bedeutet das alles für die Zukunft der Tourist Information und wie mache ich meine TI fit für die neuen Ansprüche?

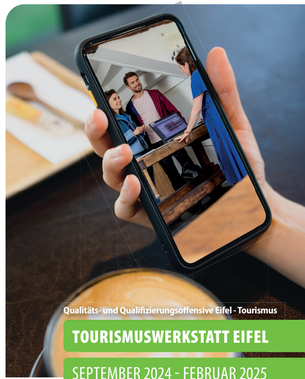
alle touristischen Akteure
max. 20 Personen
Di. 18.02.2025
08:00 - 16:00 Uhr
Holzkompetenzzentrum Nettersheim
Mathias Burzinski I destinetCHANGE
160 €

Ab 16. Januar 2025

NIEDERLÄNDISCH FÜR TOURISTISCHE AKTEURE

Aufbaukurs
- Vertiefung Small Talk ■ Begrüßung der Gäste ■ Gezielte Antwortmails
- Auskünfte am Telefon ■ Übersetzung Menükarte bzw. Hausordnung
- Hinweise auf Sehenswürdigkeiten und Freizeitmöglichkeiten

alle touristischen Akteure mit Vorkenntnissen
max. 20 Personen
16.01.2025, 23.01.2025, 30.01.2025, 06.02.2025, 13.02.2025
5 Abende à 90 Minuten, 18:00 Uhr bis 19:30 Uhr
Heilsteinhaus Einruhr
Karin Birkhoff
99 €



Weiterbildung, die Dich weiter bringt!

www.tourismuswerkstatt-eifel.de

19. September und 11. Dezember 2024

MEETUP BEIM NACHBARN …

Seien Sie dabei und gönnen Sie sich eine kleine Auszeit vom Alltag mit Kolleginnen, Kollegen und Nachbarn. Hier haben Sie die Gelegenheit neue Kontakte zu knüpfen und Ideen auszutauschen. Einfach mal über den Tellerrand schauen und inspirieren lassen …

DO 19. September 2024
Bauernhofurlaub & Landurlaub in der Eifel

- **10:00 Uhr** Treffen beim Gastgeber Bosselbacher Hof in Hürtgenwald - Vossenack
- **10:15 - 10:30 Uhr** Impuls Monika Breuer für Ferienhöfe in der Eifel NRW NatUrlaub bei Freunden
- **10:30 - 10:45 Uhr** Nina und Swen Kaulen Bauernhofurlaub I Café I Bauerngolf I Aktivstall
- **10:45 - 11:30 Uhr** Feedback und Austausch

MI 11. Dezember 2024
Natur Genuss Lebenslust

- **10:00 Uhr** Treffen beim Gastgeber Krewelshof Eifel in Mechernich - Obergartzem
- **10:00 - 10:30 Uhr** Bauer Theo und seine Familie verraten woher der Name Krewelshof kommt und warum Bauer Theo seine Kürbisse so liebt
- **10:30 - 11:30 Uhr** Feedback und Austausch

Beide Termine sind kostenfrei
Im Nachgang besteht jeweils die Möglichkeit, einen kleinen gemeinsamen Rundgang über die Anlage zu unternehmen.

27. September 2024

TOURISMUSWERKSTATT OP JÖCK

Maare und mehr: Entdeckungstour zu den Naturjuwelen der Eifel
Begleiten Sie uns auf einer spannenden Bustour zu unseren Nachbarn in die Vulkaneifel. Bei unserem ersten Halt am Ulmener-Maar-Stollen, der im Jahr 2023 neu eröffnet wurde, können Sie Jahrtausende der Erdgeschichte in geheimnisvoller Atmosphäre hautnah und digital erleben und mehr über die geologischen Wunder der Region erfahren. Kombiniert wird diese Attraktion mit einer geführten Wanderung durch die atemberaubende Landschaft um das jüngste Maar der Eifel mit Dr. Andreas Schüller, Geschäftsführer der Natur- und Geopark Vulkaneifel GmbH.

Unsere Busexkursion führt uns weiter zum Vulkanhof Ziegenkäserei. Bei einer Hofführung erhalten wir einen exklusiven Blick hinter die Kulissen der Käseproduktion – vom Stall, über den Melkstand bis in die Käserei.

Beim EIFEL-Gastgeber Hotel Schneider am Maar freuen wir uns auf wertvolle Einblicke und einen spannenden Austausch in entspannter Atmosphäre unter Fachleuten. Der seit 1868 bestehende Familienbetrieb wird seit kurzem bereits in sechster Generation weitergeführt und ist bekannt für die perfekte Kombination aus Wohlfühl-, Wellness- und Aktivurlaub.

- **alle touristischen Akteure**
- **Fr. 27.09.2024**
- **08:00 -17:00 Uhr**
- **P+R Kall Bahnhof, Trierer Str. 19, Kall**
- **Dr. Andreas Schüller I Geschäftsführer Natur- und Geopark Vulkaneifel GmbH**
- **49 €**

Vulkaneifel
NATUR- UND GEOPARK

08. Oktober 2024

DIGITALE TOOLS IN DER GASTRONOMIE PRAKTISCHER EINSATZ

Erfahren Sie mehr über die modernen Möglichkeiten und Vorteile digitaler Tools in der Gastronomie:

- Schichtplanung: Welche modernen Möglichkeiten zur Schichtplanung gibt es
- Gebäudeautomatisierung: Wie kann man Energie sparen
- POS-Systeme: Welche Neuheiten gibt es bei Kassensystemen
- Küchentechnik: Welche Trends gibt es in der Küche
- Hygiene: Wie bekomme ich Hygienethemen einfach in den Griff

Erfahren Sie, wie moderne Technologien die Wertschöpfung in der Hotellerie steigern können:

- Property Management System: Warum ist es unverzichtbar
- Direktbuchungen: Wie kann ich meine Direktbuchungen erhöhen
- Revenue Management System: Was macht es und benötige ich es
- Digitale Gästemappen: Wie helfen sie in der Kommunikation

- **alle touristischen Akteure**
- **max. 15 Personen**
- **Di. 08.10.2024**
- **09:00 -12:00 Uhr**
- **Boutique Hotel Marielle Bad Münstereifel**
- **Robert Krause und Rainer Westerwinter | DEHOGA NRW Coaches**
- **kostenfrei**

DEHOGA NORDRHEIN

DEHOGA Nordrhein-Westfalen e.V.
Hammer Landstraße 45, 41460 Neuss

28. Oktober und 04. November 2024

KOMPAKTSEMINAR FÜR SERVICEKRÄFTE

Tauchen Sie ein in die spannende Welt der Gastronomie und erleben Sie, wie abwechslungsreich und erfüllend ein Beruf im Service sein kann. Unser **Basis-Seminar für Servicekräfte** richtet sich u.a. auch an Quereinsteiger, die einen neuen Karriereweg einschlagen möchten. Lernen Sie verschiedene Servicemethoden kennen und erfahren Sie, wie Sie durch **exzellenten Umgang mit Gästen** und die Kunst des **Knigge im Service** einen bleibenden Eindruck hinterlassen. Vom freundlichen Empfang bis zum herzlichen Abschied – entdecken Sie, wie wichtig der persönliche Kontakt und ein souveräner Auftritt im Umgang mit Gästen ist. Erlernen Sie zudem alles Wichtige über elegante Tischwäsche und kreative Serviettentechniken, um das Restauranterlebnis für Ihre Gäste unvergesslich zu machen. Lassen Sie sich von der Vielfalt und den Möglichkeiten in der Gastronomie begeistern und bereichern Sie Ihre berufliche Zukunft mit wertvollen Erfahrungen und praktischen Kenntnissen. Seien Sie dabei und starten Sie Ihre Reise in die Gastronomie!

Inhalte
Knigge im Service ■ Servicemethoden ■ der erste Eindruck zählt
Es werden Praxisübungen zu den einzelnen Themen gemacht.

- **Mitarbeitende aus dem Gastgewerbe**
- **max. 15 Personen**
- **Mo. 28.10.2024**
- **09:00 - 16:00 Uhr**
- **Welcome Parkhotel Euskirchen**

Alternativ

- **Mo. 04.11.2024**
- **09:00 - 16:00 Uhr**
- **Kragemann Hotel Simmerath**
- **Cynthia Radermacher I Hotelbetriebswirtin**
- **60 € pro Termin**

05 . November 2024

KREISLAUFWIRTSCHAFT ZAHLT SICH AUS

Von der Abfallvermeidung bis hin zu neuen Geschäftsmodellen
Die Kreislaufwirtschaft bietet Unternehmen zahlreiche Spielräume ihre Geschäftsmodelle weiterzuentwickeln und in die zirkuläre Wertschöpfung zu investieren. Beispiele sind digitale Handelsplattformen für gebrauchte Güter oder Sharing-Angebote, innovative Rückführungs- und Recyclingsysteme oder Reparaturcafés an der nächsten Straßenecke.

Welche Potenziale bietet die Kreislaufwirtschaft für den Tourismus und welche Best-Practices gibt es bereits? Wir laden Sie herzlich ein zu einem interaktiven Workshop mit anregenden Beispielen und der Möglichkeit, das eigene Geschäftsmodell gezielt auf neue Wertschöpfungspotenziale hin zu hinterfragen. Auch zeigen wir Ihnen Fördermöglichkeiten auf, wenn Sie direkt in die Umsetzung gehen möchten …

Im Anschluss besteht die Möglichkeit zu einem kurzen Austausch.

- **alle touristischen Akteure**
- **max. 20 Personen**
- **Di. 05.11.2024**
- **09:00 - 13:00 Uhr**
- **Aktivpark Kall | JoSi's**
- **Janpeter Beckmann Beratungscenter Wirtschaftsförderung NRW.BANK Düsseldorf**
- **kostenfrei**

Sämtliche Angaben wurden mit größter Sorgfalt zusammengestellt und nach bestem Wissen umgesetzt. Die Herausgebenden können für fehlerhafte Angaben und deren Folgen weder eine juristische Verantwortung noch irgendeine Haftung übernehmen.
Bildquelle: Titel © Copyright John Jenkins: Eifel Tourismus GmbH - A. Röser I shapefruit AG

12., 19. und 26. November 2024

WORKSHOPREIHE SOCIAL MEDIA

Modul 1: Erstellung von ansprechendem Content für Social Media

- **Di. 12.11.2024**
- **09:00 - 16:00 Uhr**
- **130 €**

Manchmal sagt ein Bild mehr als tausend Worte! Aber damit Bilder und Videos ihr volles Potenzial entfalten können und im Content Dschungel von Social Media herausstechen kann, gilt es ein paar wichtige Tricks zu beachten.
Wir zeigen Ihnen anhand von praktischen Tipps und Best Practice Beispielen, wie Sie Ihr Unternehmen einfach und ohne viel Equipment am besten in Szene setzen.

- Storytelling und Content-Formate für Tourismus
- Visuelle Gestaltung und Videoproduktion
- Nutzung von KI zur Unterstützung in der Content-Erstellung
- Mediaplanung, Redaktionsplan, Vernetzung
- Steigerung der Reichweite ohne Budget

Modul 2: Einsatz von Werbeformaten zur Steigerung der Reichweite und Engagement

- **Di. 19.11.2024**
- **09:00 - 13:00 Uhr**
- **75 €**

10 % Rabatt
bei Buchung von allen 3 Terminen

In der heutigen digitalen Welt ist die Präsenz auf Social Media Plattformen für Unternehmen und Marken unerlässlich, das wissen mittlerweile die meisten Unternehmen. Durch die hohe Anzahl an Content, der täglich auf den Netzwerken veröffentlicht wird und die stetige Anpassungen des Algorithmus wird es immer schwerer, organische Reichweite zu generieren. Anzeigen sind somit ein beliebtes Mittel, um die Reichweite und auch das Engagement zu steigern. Dabei entstehen Unternehmen viele Vorteile, wie die Erhöhung der Markenbekanntheit oder einer zielgerichteten Ansprache. In diesem Seminar zeigen wir Ihnen, wie Sie und Ihr Unternehmen von diesen Vorteilen profitieren können.

- Überblick zu Werbeformaten auf den wichtigsten Plattformen
- Anzeigenerstellung, Targeting und Budgetplanung
- Best Practices und Fallbeispiele für Tourismus

Modul 3: Erfolgsmessung, Monitoring und Optimierung

- **Di. 26.11.2024**
- **09:00 - 13:00 Uhr**
- **75 €**

Um auf Social Media erfolgreich zu sein und seine Community langfristig an sich zu binden, ist es wichtig, dass sich Unternehmen mit der Performance Ihrer Social Media Accounts beschäftigen und sich nicht auf Ihr Bauchgefühl verlassen.
Denn Ihre KPIs (Key Performance Indicators) liefern Ihnen spannende Insights darüber, was Ihre Community wirklich interessiert und welche Beiträge reine Zeitfresser sind.

In diesem Seminar erfahren Sie, welche KPIs für Ihr Unternehmen wichtig sind, welche Tools Sie für die Analyse nutzen können und wie Sie aus Zahlen informative Dashboards erstellen können.

- Einsatz von Monitoring- und Analyse-Tools
- Visualisierung mit Dashboards
- Datenbasierte Optimierung der Social Media Aktivitäten

- **alle touristischen Akteure**
- **max. 20 Personen**
- **Vogelsang IP Schleiden**
- **shapefruit AG**

Jedes dieser Module kann als eigenständiger Workshop gebucht werden.

03. Dezember 2024

RESILIENZTRAINING

Stabilität und Widerstandskraft in stressigen Zeiten
Belastungen im Alltag und im Beruf werden immer größer und wachsen uns über den Kopf. Es ist höchste Zeit, wirksam dagegen zu steuern. Gerade in der Dienstleistungsbranche Tourismus werden immer höhere Forderungen an Qualität und Service gestellt. Tagungen, Besprechungen, Absprachen mit Partnern, mit der Politik und den Leistungsträgern, dazu die Anforderungen und Ansprüche der Kunden – all das fordert täglich Höchstleistungen. Sie lernen in diesem Workshop, mit Belastungen in angemessener Weise umzugehen, ihre eigene Resilienzfähigkeit zu erkennen und Ihren Ressourcenreichtum zu nutzen, damit Sie in schwierigen Zeiten hohen Belastungen standhalten und zur inneren Balance statt zum Burnout kommen.

Inhalte

- Resilienz - die innere Kraftquelle
- Was sind die tatsächlichen Ursachen meiner Belastung
- Wie wirkt sich Stress auf meinen Organismus aus
- Wie bleibe ich stark und ruhig selbst in stürmischen Zeiten
- Auf welche Ressourcen kann ich zurückgreifen
- Erarbeitung von individuellen Resilienz-Aktionsplänen
- Entwicklung eines individuellen Plans für die Integration in den Alltag

Resilienz – bezeichnet die seelische Kraft und Energie, den täglichen Anforderungen gerecht zu werden. Resilient zu sein bedeutet, widerstandsfähig mit Druck- und Stress-Situationen umzugehen, Krisen zu bewältigen und aus ihnen zu lernen, Herausforderungen gelassen anzugehen und die innere Balance zu finden.

- **alle touristischen Akteure**
- **max. 20 Personen**
- **Di. 03.12.2024**
- **09:00 -15:00 Uhr**
- **Kloster Steinfeld Kall**
- **Hella Ackermann I Training und Coaching St. Goar**
- **99 €**