



BBP Bildung GmbH

Seminare die Sie weiter bringen

Update

Informationsmedium der **BBP Bildung GmbH** - August 2005

Fitnessstraining für den Arbeitsalltag

Was ist der Sinn eines körperlichen Fitnessstrainings? Je nach Situation geht es darum, entweder einem erschlafenen Körper wieder zu Vitalität und Leistungskraft zu verhelfen oder dafür zu sorgen, dass ein vitaler Körper auch vital bleibt.

In der Arbeitswelt ist jedoch auch eine geistige Fitness in Bezug auf das Wissen und Können zur Ausübung seiner Aufgaben notwendig. In einem Umfeld, das nahezu täglich neue Anforderungen an unseren Geist stellt, ist es von grossem Vorteil, wenn dieser Geist trainiert ist. Leitet man nun dies vom körperlichen Fitnessstraining auf das geistige Fitnessstraining ab, bedeutet es, dass wir entweder unser „in die Jahre gekommenes“ Wissen aktualisieren oder unser aktuelles Wissen auf dem aktuellen Stand halten müssen.



Von dieser Art geistigen Trainings profitieren sowohl die Mitarbeitenden für sich persönlich, als auch das Unternehmen, da der Unternehmenserfolg nur und ausschliesslich auf dem Wissen und Können der Mitarbeitenden basiert. Viele Unternehmen bilden ihre Mitarbeitenden deshalb regelmässig weiter. Nebst dem Erlernen neuen Wissens geht es zu einem wesentlichen Teil darum, die Lernfähigkeit der Menschen zu erhalten – der Geist muss wie ein Muskel trainiert werden, wenn er nicht erschlaffen soll!

Detaillierte Informationen zur **BBP Bildung GmbH** sowie unseren Bildungsangeboten finden Sie schnell und vollumfänglich auf unserer Website

www.bbp-bildung.ch



Die **BBP Bildung GmbH** ist zertifiziert nach eduQua - www.eduqua.ch



Schweizerisches Qualitätszertifikat für Weiterbildungsorganisationen
Certificat suisse de qualité pour les institutions de formation continue
Certificato svizzero di qualità per istituzioni di accreditamento



BBP Bildung GmbH - Industriestrasse 37, Postfach 129 - 8625 Gossau
Telefon 044 975 12 31 - Fax 044 975 12 32 - info@bbp-bildung.ch - www.bbp-bildung.ch

Was ist ein gutes Fitnessstraining für meinen Geist?

Wie beim körperlichen Fitnessstraining ist es auch beim geistigen Fitnessstraining wichtig, dass man die richtigen Trainingsmethoden wählt. Wer sich einfach mit irgendwelchen Trainingsgeräten abmüht, erhält zwar auch ein Resultat – die Frage ist nur welches. Das Training muss auf die momentane persönliche Situation und Verfassung abgestimmt sein, es soll Sinn und Spass machen, messbare Erfolge sichtbar machen sowie einen Langzeiteffekt haben.

Anforderungen an ein gutes geistiges Fitnessstraining mittels Seminar

Eine gute Seminar muss also – analog dem körperlichen Fitnessstraining – einige wesentliche Voraussetzungen erfüllen:

- Das Seminar muss grundsätzlich meine aktuelle Situation verbessern oder festigen
- Das Seminar muss mir für meine tägliche Arbeit Sicherheit geben = ich weiss nach dem Seminar was ich in meiner persönlichen Situation wie machen kann
- Das Seminar muss mir sofortige messbare Erfolge bringen
- Das Seminar muss mir auch mittel- und langfristig einen grossen Nutzen bringen
- Das Seminar muss für mich so durchgeführt werden, dass meine persönlichen Bedürfnisse abgedeckt werden
- Das Seminar muss so aufgebaut sein, dass die Seminarleitung sich in meine Situation hineinendenken und die Theorie für mich in praktizierbares und umsetzbares Wissen verwandeln kann.

Wenn diese Bedingungen erfüllt sind, bringt diese Form des geistigen Fitnessstrainings den gewünschten, anhaltenden Effekt und damit einen grossen Nutzen.

Seminar-Neuigkeiten

- ☞ Das Seminar **Arbeitsmethodik** führen wir erstmals auch in Egerkingen durch.
- ☞ Das Seminar **Arbeitsrecht** können wir Ihnen nach einem Jahr Pause wieder anbieten.
- ☞ Neu im Seminarprogramm sind die beiden Seminare
 - **Erfolg mit Kreativität** und
 - **Erfolgsleitsystem**
 Auch zu diesen beiden neuen Seminaren finden Sie detaillierte Beschreibungen auf unserer Website www.bbp-bildung.ch.

Seminarprogramm Herbst/Winter 2005

Das aktuelle Seminarprogramm bis Dezember 2005 sehen Sie aus der nachfolgenden Tabelle. Ihre Anmeldung zu den Seminaren kann entweder per Post, Fax oder auch direkt ab unserer Website www.bbp-bildung.ch/seminardaten.htm erfolgen.



www.bbp-bildung.ch

Seminare September – Dezember 2005

	September	Oktober	November	Dezember	Kosten
Führung					
Mitarbeiterführung			1.-3.11.05		1'290
Umgang mit Konflikten				5.+6.12.05	890
Personalmanagement					
Bewerbungsinterview			13.11.05		490
Qualifikationsgespräche	27.9.05		11.11.05		490
Arbeitsrecht		20.+21.10.05			1'380
Arbeitszeugnisse	20.9.05				490
Persönliches Auftreten					
Präsentation & Rhetorik			15.+22.11.05		890
Arbeitstechnik					
Sitzungsleitung	12.9.05				490
Arbeitsmethodik		19.10.05	8.11.05 in Egerkingen		490
Erfolg mit Kreativität			21.11.05		490
Erfolgsleitsystem		14.10.05			590
Fachseminare					
Erfolgreiches Inkasso	Aktuelle Daten und Seminarorte unter:		www.bbp-bildung.ch		590

Ohne besonderen Hinweis finden alle Seminare im **BBP Bildungszentrum in Wetzikon ZH** statt
Detailbeschreibungen finden Sie am schnellsten auf unserer Website und können diese auch sofort ausdrucken.

Anmeldung

Firma

zuständig

Adresse

PLZ Ort

Telefon / Fax

Teilnehmende Person

Seminar

Vorname Name

Funktion / E-Mail

Ort, Datum Stempel / Unterschrift

