

September-Stammtisch im Best Western am 08.09.2010

Liebe Wirtschaftsjunioren,

vergangenen Mittwoch trafen wir uns zum September-Stammtisch im Best Western Hotel Am Straßberger Tor. Auf dem Programm standen neben einigen Vereinsinformationen ein Workshop zum Thema „Work – Life – Balance“. In einem überaus interessanten Impulsvortrag zeigte uns Personalcoach und Trainer Dr. Wolfgang Preuß wie wichtig ein gesunder Ausgleich zwischen Beruf, Familie und Freizeit ist. Er ging auf Signale, Risiken und Auswirkungen von Burnout ein und zeigte Maßnahmen auf, die für uns selbst aber auch für den Umgang mit unseren Mitarbeitern wichtig sind. Am Ende schloss der Workshop mit einer kleinen Entspannungsübung - für viele von uns eine ganz neue und ungewohnte Erfahrungen.

Im Anschluss an den Workshop konnten wir einen Blick hinter die Kulissen des Best Western erhalten und erfuhren viel Wissenswertes über das Hotel, den Träger FAW gGmbH und dessen integrative Projekte.

Liebe Janet, herzlichen Dank für die tolle Organisation und den gelungenen Abend bei Euch im Best Western.

