

BEWEGENDE SEMINARE UND TRAININGS



ANDREA SULZER

WEB www.auszeitleben.at

SOCIAL www.facebook.com/auszeitlebenat

www.instagram.com/aus_zeit_leben

TEL +43 664 7510 5005

MAIL andrea@auszeitleben.at

BEWEGENDE SEMINARE UND TRAININGS



ANDREA SULZER

WEB www.auszeitleben.at

SOCIAL www.facebook.com/auszeitlebenat

www.instagram.com/auszeitleben

TEL +43 664 7510 5005

MAIL andrea@auszeitleben.at

SIND SIE BEI MIR RICHTIG?

Die Seminare und Trainings werden für Teams aller Art und Größe individuell gestaltet:

- Lehrlinge
- Lehrlingsausbilder
- Führungskräfte
- Teams (Firmen, Vereine, ...)

sowie

- Einzelteilnehmer bei offenen Seminaren
- Einzelcoaching und Teamcoaching

LEHRLINGE

SELBSTBEWUSST UND VOLLER MOTIVATION INS BERUFSLEBEN!

- Kommunikation und Körpersprache
- Ziele erreichen, lösungsorientiertes Denken und Handeln
- Teamentwicklung (Rollen, Phasen) und Teamfähigkeit
- Selbstbewusstsein und Präsentation
- Umgang mit Stress und Sorgen
- Mentale Stärke (Herausforderungen, Prüfungen)
- Business Knigge & Umgang mit Social Media
- Selbst- & Zeitmanagement

LEHRLINGSAUSBILDER

DAS ERFOLGREICHE ARBEITEN MIT JUNGEN MENSCHEN

- Kommunikation und Körpersprache
- Konfliktmanagement und Lösungsorientierung
- Führen von Lehrlingen
- Umgang mit Stress und Herausforderungen
- Mentale Stärke (Herausforderungen als LA)
- Lehrlinge motivieren und begeistern

TEAMBUILDING & -ENTWICKLUNG

GEMEINSAM SIND WIR STARK – GELEBTES WIR-GEFÜHL

- Kommunikation und Körpersprache
- Konfliktmanagement und Lösungsorientierung
- Teamentwicklung (Rollen, Phasen) und Teamfähigkeit
- Zuhören & Empathie
- Feuer & Flamme statt Burnout - Achtsamkeit
- Mentale Stärke
- Motivation & Begeisterungsfähigkeit
- Selbst- & Zeitmanagement

FÜHRUNGSKRÄFTE

ZUGEHÖRIGKEIT UND WOHLBEFINDEN IN IHREM TEAM

- Kommunikation verbessern
- Umgang mit Konflikten und Lösungsorientierung
- Teamentwicklung (Rollen, Phasen) und Teamfähigkeit
- Zuhören & Empathie
- Gemeinsame Ziele und Visionen entwickeln
- Mentale Stärke
- Mitarbeiter motivieren und begeistern
- Selbst- & Zeitmanagement
- Stärken stärken und gemeinsame Werte leben

ARBEITEN WIR ZUSAMMEN?

Ich biete **individuell gestaltete Seminare und Trainings** für Ihre Zielgruppe an.

Ein Gespräch im Vorfeld über Ihre genauen **Vorstellungen und Wünsche** ist mir ebenso wichtig, wie die **professionelle, lebendige, abwechslungsreiche, flexible und erfolgreiche Umsetzung** des Seminars.

Gerne werden **spielerische Übungen und Aktivitäten** von mir eingebaut und auch **Teile des Seminars** (je nach Wunsch und Möglichkeit) **im Grünen** durchgeführt.

BEWEGENDE SEMINARE UND TRAININGS

Andrea Sulzer

Dipl. Mental- & Business-Trainerin
NLP-Practitioner
Dipl. Outdoor-Trainerin
eingetragene Mediatorin i.A.



ANDREA SULZER

WEB

www.auszeitleben.at

SOCIAL

www.facebook.com/auszeitlebenat

www.instagram.com/auszeitleben

TEL

+43 664 7510 5005

MAIL

andrea@auszeitleben.at