

# CC

Czwalina Consulting AG  
KOMPETENZ FÜR FÜHRUNGSKRÄFTE

„ECCE HOMO“

## WORK-LIFE BALANCE IM SPANNUNGSFELD VON BERUF UND PRIVATLEBEN

IHR POTENTIAL IST EIN ENTSCHEIDENDER ERFOLGSFAKTOR

Die richtige Balance von Gesundheit, Karriere und privaten Lebenszielen ist die Basis jedes Erfolgs. Denn, jedes Unternehmen ist nur so gut wie seine Mitarbeiter.

Von Führungskräften erwartet man neben unbegrenztem Arbeitseinsatz, totaler Verfügbarkeit, völliger Mobilität und der Bereitschaft, sich jeden Tag existentiell auf eine neue Marktsituation einzustellen (sei es am Wochenende, für Geschäftsreisen oder nach Feierabend), vermehrt auch vorbildliche private Verhältnisse.

Wir erleben in unseren Gesprächen mit Führungskräften ein Auseinanderdriften von äußerem, materiellem Erfolg und dem persönlichen Wohlergehen, sowie der inneren Genugtuung als Mensch. Dies spiegelt sich auch in den Unternehmen wieder.

Viele leiden unter den vielfältigen und oftmals schleichenden Folgeerscheinungen. Nicht selten ergeben sich gerade auch für das Unternehmen selbst hohe Folgekosten durch krankheitsbedingte Ausfälle, verminderte Leistungskapazität und Produktivitätseinbußen.

Ein wirkungsvolles Work-Life Balance Konzeptes hilft, das persönliche Leistungspotential der Führungskraft zu erhalten und sogar zu steigern.

Motivationsdefizite, Leistungsabfall oder Burnout können so verhindert oder bewältigt werden und der betroffenen Führungskraft zu einer Verbesserung des Wohlbefindens in persönlicher und beruflicher Hinsicht verhelfen.

*Zielpublikum des Seminars:*

- Christliche Führungskräfte und Verantwortungsträger in Wirtschaft, Verwaltung und Politik.

*Ziele des Seminars:*

- Stärkung der Persönlichkeit in schwierigen Situationen
- Verdeutlichung eigener Bedürfnisse und Fähigkeiten
- Vermehrung der Freude in herausforderungsreichen Alltagssituationen
- Aufbau ganzheitlichen beruflichen und privaten Erfolgs

### *Inhalte*

#### Seelisch-geistiges Wohlbefinden

- Welche Bedeutung haben materieller und persönlicher Erfolg und für mein Leben?
- Wertorientierte Führung
- Gedanken zur Berufs- und Führungssituation
- Alte Gewohnheiten ändern
- Sinn und Identität in der Leistungsgesellschaft
- Authentisch Leben
- Persönliche Bestandsaufnahme
- Umfassende Lebensplananalyse
- Ziele der persönlichen Zukunft

#### Körperliches Wohlergehen

- Ernährung
- Bewegung und Sport
- Einfach Leben

### *Erfolgskontrolle*

Auf Wunsch werden die erarbeiteten Konzepte in der Umsetzung begleitet.

### *Referenten*

- Johannes Czwalina; Vater von vier Söhnen; vormalig Großstadtpfarrer, seit 1991 Unternehmensberater und gefragter Coach von Führungskräften.
- Albert Kägi; Vater von drei Söhnen; promovierter Biologe, Linienerfahrung in der Führung von Unternehmen, Partner der Czwalina Consulting AG.

### **KONDITIONEN**

- ❑ Tagesseminar in Kleingruppen von 6-10 Teilnehmern
- ❑ Persönlicher Austausch mit den Referenten
- ❑ Inkl. Mittagessen und Pausenverpflegung
- ❑ Preise und Termine für Gruppen auf Anfrage

### **PREIS**

EUR 400,- bzw.  
CHF 600,-

### **TERMINE**

Auf unserer Webseite unter der Rubrik „Aktuell“.  
Gerne auch auf Anfrage – Schreiben Sie uns.

### **DURCHFÜHRUNGORT**

CC Czwalina Consulting  
Inzlingerstrasse 65  
CH-4125 Riehen b. Basel

INFORMATIONEN ZU WEITEREN SEMINARTHEMEN UND UNSEREM ANGEBOT FINDEN SIE AUF UNSERER WEB-SEITE [WWW.CZWALINACONSULTING.COM](http://WWW.CZWALINACONSULTING.COM) ODER SCHREIBEN SIE UNS: [CZWALINA@BLUEWIN.CH](mailto:CZWALINA@BLUEWIN.CH).

---

### **ANMELDUNG**

**ANZAHL** \_\_\_\_\_

**NAME** \_\_\_\_\_ **VORNAME** \_\_\_\_\_

**FIRMA** \_\_\_\_\_

**ADRESSE** \_\_\_\_\_

**PLZ** \_\_\_\_\_ **ORT** \_\_\_\_\_ **LAND** \_\_\_\_\_

**TELEFON** \_\_\_\_\_ **FAX** \_\_\_\_\_

**E-MAIL** \_\_\_\_\_

SENDEN SIE DIESE ANMELDUNG PER FAX +41 (0)61 641 60 19 ODER SCHREIBEN SIE UNS:  
[CZWALINA@BLUEWIN.CH](mailto:CZWALINA@BLUEWIN.CH).