

Einkaufs- und Wirtschaftsgesellschaft
für Verkehrsunternehmen mbH

beka

Handel
Bildung
Verlag
Kooperation

Gelassen läuft's Stress bewältigen - Konflikte entschärfen

16. und 17. September 2010
Koblenz

Trainer:
Dipl. Päd. Erhard Heer
PRIMA KLIMA GmbH, Bonn

Zielgruppe:
Führungskräfte in Fahrdienst,
Verkehrsmeister und Disponenten

CLASSIC SEMINAR

Service-Informationen:

Telefon: 02 21 / 95 14 49-13

E-Mail: bildung@beka.de

Bildungsteam:

R. Domgörgen -13

H. Peters -14

C. Fahrentrapp -14

I. Behnke -21

Anmeldung:

Fax: 02 21/95 14 49-30

oder www.beka.de

beka:

Telefon: 02 21 / 95 14 49-0

Bismarckstraße 11-13

50672 Köln

Sehr geehrte Damen und Herren,

Stress und Konflikte gehören zum Arbeitsalltag von Führungskräften im Fahrdienst, Verkehrsmeistern und Disponenten. Wenn der Adrenalinpiegel steigt, ergibt oft ein Wort das andere. Und aus Mücken werden Elefanten.

Was kann ich selbst tun, um gelassener mit Stress und Konflikten umzugehen? Wie hoch ist mein persönlicher Stresspegel und wie gehe ich damit um? Wie erhalte ich meine Gesundheit? Wie kann ich Ärger vermeiden und gelassener werden? Wie kann ich Konflikte entschärfen oder besser: es gar nicht so weit kommen lassen?

Seminarinhalte

- Stress - Programmierung aus der Steinzeit
- Persönliche Stress-Bilanz
- Kurz- und langfristige Maßnahmen gegen Stress
- Konflikte - Steinzeitmenschen unter sich
- Praxistraining: Konflikte im Führungsalltag
- Praxistraining: Konflikte am Telefon
- Mensch ärgere Dich nicht

Zeitplan

	<u>16.09.2010</u>	<u>17.09.2010</u>
Seminarbeginn	09.00 h	09.00 h
Kaffeepause	10.30 h	10.30 h
Mittagessen	12.30 h	12.30 h
Kaffeepause	15.30 h	---
Seminarende	18.00 h	15.30 h
Abendessen	19.00 h	---

Veranstaltungsort

Contel Koblenz
Pastor-Klein-Str. 11

56073 Koblenz

Mit dem Contel Koblenz wurde eine Tagungspauschale in Höhe von € 129,-- vereinbart. Die Tagungspauschale beinhaltet:

- Mittag- und Abendessen am ersten Veranstaltungstag inkl. einem Getränk
- Mittagessen am zweiten Veranstaltungstag inkl. einem Getränk
- Kaffeepausen und Tagungsgetränke

Im Tagungshotel haben wir genügend Einzelzimmer vom 15.09. bis 17.09.2010 für Sie vorgebucht. Die Übernachtungskosten im Einzelzimmer inkl. Frühstück betragen € 80,-- pro Nacht.

Ein entsprechendes Anmeldeformular ist diesem Schreiben beigelegt. Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge ihres Eingangs berücksichtigt. Als definitive Zusage erhalten Sie eine Teilnahmebestätigung. Nach Anmeldeschluss erhalten Sie die Teilnehmerunterlagen.

Bitte vermerken Sie auf Ihrer Anmeldung Ihre Übernachtungswünsche. Wir werden die Zimmerreservierung für Sie veranlassen und Ihnen die Tagungspauschale sowie die Übernachtungskosten zusammen mit der Teilnahmegebühr zzgl. ges. MwSt. nach Seminarteilnahme in Rechnung stellen.

Teilnahmegebühr

Pro Teilnehmer € 595,-- zzgl. ges. MwSt.

Anmeldeschluss

Freitag, 27. August 2010

Gruppenrabatte

Nehmen mehrere Mitarbeiter eines Unternehmens gemeinsam an derselben Veranstaltung zum gleichen Termin teil, dann erhalten sie für den zweiten Teilnehmer einen Rabatt von 10% und ab dem dritten Teilnehmer einen Rabatt von 20% auf die jeweilige Teilnahmegebühr. Ein Rabatt auf die Tagungspauschale und die Übernachtungskosten inkl. Frühstück kann bei Gruppenbuchungen nicht gewährt werden. Bei nachträglicher Teilstornierung wird der oben genannte Rabatt zurückgenommen.

Stornierung / Umbuchung / AGB

Bei Stornierung nach Anmeldeschluss werden 50 % der Teilnahmegebühr sowie etwaige Hotelausfallkosten berechnet. Die Stornierung ist schriftlich vorzunehmen. Eine Vertretung ist selbstverständlich möglich. Bei Nichterscheinen werden die gesamte Teilnahmegebühr sowie die Hotelkosten berechnet. Alle Preise verstehen sich zzgl. der ges. Mehrwertsteuer. Desweiteren gelten unsere Allgemeinen Geschäftsbedingungen.

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!

Mit freundlichen Grüßen

Ihre

Einkaufs- und Wirtschaftsgesellschaft
für Verkehrsunternehmen (beka) mbH

Weitere Veranstaltungshinweise

Bitte merken Sie sich auch diese Termine vor!

Auf dem Weg zur erfolgreichen Führungskraft

04. und 05. Oktober 2010 in Koblenz

Mitarbeiter an der „Front“ - Blitzableiter und Visitenkarte...

Eine Herausforderung an die Führung

07. und 08. Oktober 2010 in Koblenz

Verkehrsmeister 2015 - Mangelware?

Schon heute an die Führungskräfte von Morgen denken

19. und 20. Oktober 2010 in Nürnberg

Die ersten 100 Tage als Vorgesetzter

28. und 29. Oktober 2010 in Wuppertal

Weitere Informationen zu unseren Seminaren finden Sie unter

www.beka.de → Seminar-Börse

Gerne senden wir Ihnen die detaillierte Seminarankündigung zu.

Fordern Sie die Unterlagen unter bildung@beka.de oder ☎ 0221-95144913 an!

Bitte senden Sie uns diese Anmeldung per Post oder per Fax unter 0221-95144930 zurück!

beka GmbH
Abt. Bildungswesen
Postfach 19 04 01

50501 Köln

Anmeldeschluss: 27.08.2010

Teilnehmeranmeldung

**Seminar: Gelassen läuft´s -
Stress bewältigen - Konflikte entschärfen**
Termin: 16. und 17. September 2010 in Koblenz

Vor- und Zuname: _____

Position: _____

Unternehmen: _____

Anschrift: _____

E-Mail-Adresse
des Teilnehmers: _____

Telefon-Nr.: _____

Telefax-Nr.: _____

Zimmerreservierung

Wir bitten um Buchung eines Einzelzimmers

ab Vorabend ()

ab Kurstag ()

Zimmerreservierung wird nicht gewünscht ()

Die Teilnahmegebühr sowie die Tagungspauschale und Übernachtungskosten gem.
Seminarankündigung zzgl. ges. MwSt. bitten wir in Rechnung zu stellen an

Datum

Unterschrift

pdf