

1. Februar 2022

Krafttankstelle für geforderte Führungskräfte

Die Kolping Führungsakademie startet mit einem neuem Seminarangebot ins Jahr 2022 – „Bewusste Auszeit für Führungskräfte“ macht den Auftakt im Februar

Menschen mit hohem beruflichem Anforderungsprofil, Geschäftsführende, Abteilungsleitende oder Teamleiterinnen und Teamleiter aufgepasst: Wer sich nach fast zwei Jahren Corona-Pandemie zwischen dem Erreichen unternehmerischer Ziele, (digitaler) Mitarbeiterführung und der Koordination von Infektionsschutzmaßnahmen aufgerieben fühlt, sollte sich das neue Seminarprogramm der Kolping Führungsakademie zu Herzen nehmen. In zahlreichen Trainingsformaten **lernen Führungskräfte, wie sie ihre Kräfte durch Achtsamkeit und innere Ordnung zurück-erlangen**. Das Besondere: Die Seminare der Führungsakademie fußen alle auf der Lehre Sebastian Kneipps und finden an einem ganz speziellen Ort statt: In der KurOase im Kloster in Bad Wörishofen, dem Ort, an dem Kneipp schon selbst über die Flure wandelte und seine weltberühmte Lehre erfand.

„Bewusste Auszeit für Führungskräfte“ – ‚Digital Detox‘ hinter Klostermauern

Den Auftakt in das Programmjahr 2022 macht die **„Bewusste Auszeit für Führungskräfte“ vom 20. bis zum 23. Februar**. In diesem ganz besonderen Führungskräfte-Training lernen die Teilnehmenden, in kleiner Runde und unter Gleichgesinnten, verschiedene Techniken und Werkzeuge kennen, die zu mehr Gelassenheit und Wohlbefinden führen.

Zentrales Element des Führungskräfte-Trainings ist die **Naturlehre Sebastian Kneipps**. An seinem Original-Wirkungsort lernen die Führungskräfte, wie Kneipps „5 Säulen der Gesundheit“ – und ganz speziell sein Begriff der „inneren Ordnung“ – zu neuer Kraft im Alltag, mehr Gelassenheit und schlussendlich zu einer **werteorientierten Mitarbeiterführung** führen kann. Betreut von ausgebildeten Kneipp-Therapeuten kommen die Gäste im exklusiven Ambiente des individuellen Gesundheitshotels in den Genuss von verschiedenen Kneipp-Anwendungen, wie wärmenden Heusackauflagen, die bis in die Tiefenmuskulatur entspannen, Wohlfühlmassagen oder Tautreten am Morgen im Klostergarten, die den gesamten Organismus und das Immunsystem stärken. Die **besondere Auszeit-Begleitung durch den Kolping-Präses, Pfarrer Wolfgang Kretschmer**, sowie die gedankenberuhigende Wirkung der klösterlichen Umgebung – Stichwort **„Digital Detox“** – verleihen dem Training zudem eine ganz besondere Note. Organisatorin Ingrid Tremmel: „Unser Körper und unser Geist sind im wahrsten Sinne des Wortes ‚übersättigt‘ von einer Welt der Informationsflut, Digitalisierung und Wissen. In unserem Führungskräfte-Training kommen die Gäste zur Ruhe, lassen sich verwöhnen und lernen, wie **Achtsamkeit, Meditation und Selbstreflexion die eigene Gesundheit und den Führungsstil stärken**.“

Innovative Gesundheitsförderung und Führungskräfteentwicklung mit Kneipp

Auch die weiteren Seminare der Kolping Führungsakademie haben alle diejenigen im Blick, die sich am Rande eines Burnouts befinden und ihren sprichwörtlichen Akku an einem ganz besonderen Kraftort wieder aufladen möchten. Auch hier gilt die Devise: **Belastendes bewusst ablegen, Kraft tanken und durch neue Erfahrungen zu mehr Gelassenheit und Energie im Job:**

- **„Gesunde Führung im digitalen Arbeitsalltag“ (24. bis 25. März 2022):** Dieses außergewöhnliche Seminar kombiniert Führungsinstrumente mit der Stärkung der eigenen Resilienz und zeigt auf, wie Führungskräfte ihre Mitarbeitenden gesund und leistungsstark halten.
- **„Resilient mit Kneipp – voller Energie den Arbeitsalltag meistern“ (25. bis 27. April 2022):** Hier lernen die Teilnehmenden die Grundlagen der Kneipp'schen Philosophie kennen. Auf dem Programm stehen unter anderem Entspannungstechniken und Achtsamkeitsübungen.
- **„Mentale Stärke lernen vom Profisportler – so erreichen Sie Ihre Ziele“ (12. bis 13. Mai 2022):** Die Teilnehmenden entdecken Erfolgsfaktoren der mentalen Stärke aus dem Bereich des Spitzensports – Insider-Erfahrungen aus dem Profisport inklusive!
- **Individual Burnout-Prävention für stark belastete Beschäftigte:** Jederzeit buchbares Einzel-Arrangement, das dem Erschöpfungssyndrom aktiv und mithilfe von Kneipp entgegenwirkt. Fachärztlich und von erfahrenen Kneipp-Bademeisterinnen begleitet.

Weitere Informationen zu den Seminarangeboten und der Kolping Führungsakademie unter:

<https://www.die-kolping-akademie.de/fuehrungsakademie>