

„Impulse zu Stressmanagement, Gesundheit und Führung“

Am 9. März feiert das Businessapéro auf der Burg bei Murten das 20. Jubiläum. Neu werden die von Judith Conus ins Leben gerufenen Businessapéros in Kooperation mit weiteren Expertinnen und Experten durchgeführt. Die Apéros und weitere Angebote, die in Firmen selber stattfinden, unterstützen Führungskräfte und Unternehmen darin, im Alltag einen gesunden Führungsstil umzusetzen. Dieser kommt den Mitarbeitenden und schlussendlich auch der Betriebssicherheit der Firmen zu Gute.

Das Businessapéro auf der Burg hat Judith Conus-Widmer 2018 mit dem Schwerpunkt «Wertschätzende und gesunde Führung» ins Leben gerufen. Aufgrund der positiven Rückmeldungen und der grossen Nachfrage wird das Angebot nun erweitert: Dr. med. Christian Zürcher und Naturheilpraktiker Reinfried Neureiter (Medic Integral) sowie der Yogalehrerin Jacqueline Fischer (YOYO – Balance your Life) bringen weitere Aspekte in das Angebot ein. Als Team bündeln sie Kompetenzen und geben mit Vorträgen und praktischen Tipps Impulse zur «Stärkung von Menschen in Unternehmen».

Gesunde Mitarbeitende sind widerstandsfähig

Gerade in Zeiten mit Fachkräftemangel ist es entscheidend, ein Arbeitsumfeld zu schaffen, das die Mitarbeitenden darin unterstützt, vorauszudenken, mitzugestalten und gesund zu bleiben. Den Businessapéro-Veranstaltern ist es wichtig, dass Unternehmen erfahren, wie sie mit kleinen Veränderungen im Betrieb die Krankheitstage reduzieren können. Die Führungskräfte sollen so sensibilisiert werden und Impulse für eine wertschätzende und gesunde Führung erhalten: «Wer in allen Bereichen ausgeglichen lebt, Berufs- wie Privatleben im Einklang hält, wird die Widerstandskraft gegenüber hohen Belastungen erhöhen können und herausfordernde Situationen im Leben viel besser meistern», davon sind die Businessapéro-Veranstalter überzeugt.

Austausch und Vernetzung fördert Verankerung

Genauso wertvoll wie die Referate an den Apéros ist der Austausch in branchenübergreifenden Diskussionen. Im Anschluss an die Referate haben deshalb die Teilnehmenden Zeit, sich zum jeweiligen Thema auszutauschen; die Gespräche werden beim regionalen Apéro meist rege weitergeführt.

«Gesunde Firma» – das Team kommt ins Unternehmen

Mit «Gesunde Firma» wird das Viererteam künftig weiterführende Themen-Vorträge, Seminare und Trainings für Unternehmen in den Unternehmen selber anbieten, um die Menschen in den Betrieben zu stärken. "Denn durch mehr Resilienz fördern wir ein gesünderes und glücklicheres Berufs- und Privatleben. Dies reduziert die Kosten für Krankheitsausfälle in Unternehmen. Führungskräfte sind belastbarer und der Balanceakt zwischen Job und Familie wird einfacher. Gesunde Mitarbeiter = Gesunde Firma“, so die gemeinsame Vision des Teams.

Jubiläums-Apéro

Beim 20. Businessapéro am 9. März zum Thema «Stressmanagement und Vitalität stärken» wird Markus Sigrist als Gastreferent seine Hyperschall Anwendung vorstellen und über seine Erfahrungen hinsichtlich Verbesserung der Vitalität dank Hyperschall sprechen. Wer die Hyperschall Anwendung live erleben möchte, kann sich für Termine vom Freitag, 10. März 2023 bei Medic Integral anmelden.

Kontakt und Anmeldung Apéro: www.businessapero.ch, 078 615 7474

Anmeldung Hyperschall: www.medic-integral.ch, 026 672 91 11