

Auszeit – Neue Impulse zur Gesunderhaltung in Beruf und Alltag

Ein Ansatz aus der Mind-Body-Medizin unter kritischer Betrachtung von gesellschaftlicher und beruflicher Positionsbestimmung im europäischen Vergleich

12.–17. März 2023

Bitte beachten Sie, dass am Anreisetag die Zimmer ab 16:00 Uhr zu Ihrer Verfügung stehen und am Abreisetag bis 09:00 Uhr geräumt werden sollten. Das Abendessen findet am Sonntag um 18 Uhr statt. Die Bildungsurlaubszeit ist von Montag bis Freitag.

Qualifizierte, motivierte und gesunde Mitarbeiter sind die Basis eines Unternehmenserfolgs. Leider ist jedoch sowohl die Zahl der Krankheitstage als auch die Zahl der Frühverrentungen (vor allem aufgrund psychischer Erkrankungen) in den letzten Jahren stark angestiegen. Das sind Herausforderungen, denen sich Unternehmen stellen müssen. Es zahlt sich heute aus, Beschäftigte im Erhalt ihrer körperlichen und psychischen Gesundheit zu unterstützen. Ist Ihr Alltag auch von hohen beruflichen und persönlichen Anforderungen geprägt, und Sie finden immer weniger Zeit, sich bewusst um Ihre Gesundheit zu kümmern und den Stress aktiv zu bewältigen? Dazu bietet dieser Bildungsurlaub eine gute Möglichkeit. Basierend auf der Idee einer integrativen Gesundheitsförderung und dem Konzept der Mind-Body-Medizin sorgen die Teilnehmer mit Selbstfürsorge und Achtsamkeit für den Erhalt ihrer beruflichen Leistungsfähigkeit. Sie erhalten grundlegende Informationen und praktische Anleitungen für den Erhalt ihrer Arbeitskraft und ihre persönliche Gesundheitsförderung: Unser Ziel dabei ist, sowohl den Körper als auch den Geist - body and mind - ganzheitlich zurück in einen entspannten Zustand zu führen, in dem gute Entscheidungen und hohe Leistungsfähigkeit möglich sind. Werden Menschen gefragt, wo sie am besten entspannen können, dann lautet die Antwort oftmals: in der Natur. Aus diesem Grund wird in diesem Bildungsurlaub ein großes Augenmerk auf die Naturwahrnehmung gelegt.

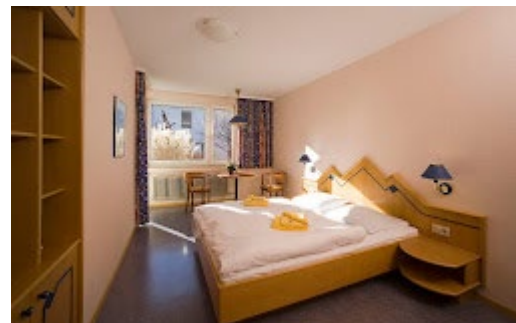


Die Allgäuer Alpen und die benachbarten Tiroler Berge sind ein Paradies für Wanderer, Bergsteiger und Skifahrer. Mit Ausblick bis hin zur Zugspitze ist Pfronten eines der beliebtesten und bekanntesten Luftkurorte des Füssener Landes.

Unterkunft:

Haus Zauberberg
Kolpingstraße 23
87459 Pfronten-Rehbichl
Tel.: +49 (0) 8363 91260
info@haus-zauberberg.de

Sie wohnen in Zimmern mit Dusche, WC, Telefon, W-LAN, Balkon oder Terrasse (TV-Anschluss vorhanden, Gerät können Sie gegen eine Gebühr von 4€ pro Tag leihen). Bettwäsche und Handtücher werden gestellt.



Die Unterbringung versteht sich inkl.:

- 5 Übernachtungen
- 5 x reichhaltiges regionales Frühstücksbuffet
- 5 x 3 Gang Mittagessen
- 5 x Abendbuffet mit Tee – leichte, regionale und auf Wunsch vegetarische Küche
- Saune und Dampfsauna inkl./ Whirlwannen gegen Gebühr – 3,-€

Ausrüstungsliste:

- bequeme Kleidung fürs Laufen/bzw. Wanderungen
- Schreibmaterial (Block, Stift)

Anreise mit dem Auto:

Das Haus ist mit dem Auto über die Autobahn A7 zu erreichen.

Sie fahren bis zur Ausfahrt Oy-Mittelberg, dann weiter über Nesselwang bis Pfronten-Weißbach. Biegen Sie hier in Richtung Füssen ab und dann die nächste sofort wieder links in Richtung Pfronten- Rehbichl.

Kostenlose Parkplätze gibt es vor dem Haus.

Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln:

Wenn Sie mit der Bahn anreisen, steigen Sie am Bahnhof Pfronten-Weißbach aus. Dort werden Sie bei rechtzeitiger Anmeldung gerne abgeholt.



Weitere Informationen:

<https://www.haus-zauberberg.de/>

Für weitere Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung: 069/6789-452, info@sport-erlebnisse.de