

Natur Beratung
VERÄNDERUNG · BEWIRKEN

Übersicht

**TEAMBUILDING
&
SEMINARE**

Rahmenbedingungen
Organisation & Ablauf
Themenwahl

Camilla Harfmann

Unternehmensberaterin
Dipl. Psychosoziale Beraterin
Dipl. Natur- & Erlebnispädagogin
Expertin für Stressmanagement & Burnout-Prävention

+43 (0)680 3129838

info@natur-beratung.at

www.natur-beratung.at



RAHMENBEDINGUNGEN

Gruppengröße

- 5 bis 15 Teilnehmer - ein Trainer
- Ab 15 Teilnehmer (oder bei Bedarf) - zwei Trainier

Dauer 1-3 Tage

- Genug Zeit für Veränderung, sodass Ergebnisse erkennbar sind
- Wiederholbar (z.B. 1-2 mal pro Jahr)

Nach Wunsch: unter der Woche / am Wochenende

- Teilnehmer müssen nicht ihre Familien-Zeit opfern
- Arbeits-Ablauf im Unternehmen wird nicht unterbrochen

Seminar-Hotels in der Natur

- Große Räumlichkeiten für Indoor-Aktionen
- Schöne Umgebung für Outdoor-Aktivitäten
- Zimmer für Übernachtungen
- Lockere Atmosphäre am Abend

Ort

- Schwerpunkt Bundesland Salzburg
- Auf Wunsch in ganz DE / AT / CH

Verpflegung

- Halbpension oder
- Vollpension

ORGANISATION & ABLAUF

Individuell

- Teambuilding - Ziele werden vorab gemeinsam festgelegt
- Besondere Wünsche berücksichtigt

Komplett organisiert - Vorschlag für:

- Seminarhotel mit Übernachtungsmöglichkeit
- Zeitlichen Ablauf
- Ausflüge
- Spiele / Aktivitäten

Abwechslungsreich

- Indoor
- Outdoor
- Verschiedenste Aktionen

In der Natur

- Frische Luft
- Bewegung
- Arbeiten mit allen Sinnen
- Weg vom Alltagsstress

Spielerisch

- Lachen
- Spaß
- Teilnehmer lassen sich drauf ein

Gemeinsame Zeit

- Gemeinsame Aktionen für alle Teilnehmer
- Pausen und Abends freie Zeit in lockerer Atmosphäre

THEMENWAHL

Mögliche Teambuilding-Schwerpunkte

- Besseres Kennenlernen
- Zusammenarbeit und Zusammenhalt verbessern
- Kommunikation verbessern
- Gemeinsame Ziele erarbeiten
- Konflikte aufarbeiten
- Stress reduzieren
- Entspannung

Mögliche Seminar-Themen

- Zeitmanagement
Die Zeit wieder selbst im Griff haben
- Digitales entgiften
Bewusst mit sozialen Medien umgehen
- Mental gestärkt
Der Weg zurück in die persönliche Kraft
- Burnout - Nein Danke!
So bleib ich fit - Leichtigkeit statt Stress im Alltag

- Kopf hoch in der dunklen Jahreszeit!
Die Kraft der Natur nutzen und voller Energie durch den Winter kommen
- Raus aus dem Winterschlaf!
Voller Power in den Frühling starten
- STOPP! Grenzen setzen!
Mit gutem Gewissen auf sich schauen

ANSPRECHPARTNERIN

Camilla Harfmann



Natur- & Erlebnis-Pädagogin, AV-Jugendleiterin

- Viele Aktivitäten im Freien
- Spaß und Spannung garantiert
- Jahrelange Erfahrung in der Arbeit mit Gruppen

Psychosoziale Beraterin, Unternehmensberaterin

- Eingehen auf Einzelsituationen & Probleme
- Verständnis für Ablauf von Gruppen-Prozessen
- Training im Bereich Kommunikation

Ihr seid interessiert und wünscht euch ein Angebot?

Gerne stelle ich euch ein Angebot für eure individuellen Seminar- und Teambuilding-Tage zusammen!

[Zum Kontakt](#)