

TEAM AUSZEIT

Innehalten und neugestalten

lassalle
haus

Innehalten und neugestalten

Das Alltagsgeschäft hält uns auf Trab. Wie können wir als Team sicherstellen, dass wir gemeinsam in eine zielführende Richtung gehen? Die Teamauszeit ermöglicht es, aus dem Funktionsmodus auszusteigen und eine schöpferische Pause einzulegen. Wir können den Arbeitsalltag aus einer gesunden Distanz betrachten und uns Zeit nehmen, um gemeinsam und inspiriert die nächsten Etappen zu planen.

Sie sind auf der Suche nach ...

- Impulsen und Inspirationen als Ergänzung zu Ihrem Anlass, welchen Sie bei uns im Haus planen.
- einer Teamauszeit zu einem der aufgeführten Angebote, welche spezifisch auf Ihre Bedürfnisse hin ausgerichtet werden können.

Durch die Teamauszeit können Sie ...

- die Gestaltungskraft der Stille erfahren.
- zu einer werteschaftenden Teamkultur inspiriert werden.
- Wege zu einem souveränen Umgang mit Stress und Belastungssituationen erproben.

Dazu gibt es verschiedene thematische Anregungen. Diese verstehen sich als Basis und je nach Bedarf in Ihrer Organisation können Länge und Schwerpunkt neu definiert werden. Details dazu erarbeiten wir gerne gemeinsam mit Ihnen im persönlichen Gespräch.

Mit der einzigartigen Architektur und der wunderschönen Parklandschaft bietet das Lassalle-Haus eine Atmosphäre der Stille und einen Raum, um sich auf einen schöpferischen und kreativen Prozess einzulassen.



Angebot 1

Slow-Down – Stille & Achtsamkeit

Wir lernen verschiedene Weisen der Entschleunigung kennen und üben diese ein. Dabei versuchen wir, uns achtsam auf den Moment einzulassen. Wahrnehmen – wieder ganz bei einer Sache sein. So finden wir Abstand zu dem, was uns umtreibt: Gedanken, die uns beschäftigen; Gefühle, die uns bedrängen; Impulse, die auf uns einwirken. Die Technik ist einfach: innehalten, atmen, aufmerksam und offen werden.

Dauer: ½ Tag

Angebot 2

Sinnhaftigkeit & Werte

Das Erleben von Sinnhaftigkeit im Alltag ist ein zentraler Faktor für Lebenszufriedenheit. Dies gilt insbesondere auch für die Arbeitswelt. Der Workshop gibt Gelegenheit, sich mit den persönlichen Zielen und Werten auseinander zu setzen. In einem zweiten Schritt stehen Werte und Kultur des Teams und des Unternehmens im Vordergrund und wie diese im Berufsalltag umgesetzt werden können.

Dauer: ½ Tag

Angebot 3

Wirksame Teams

Was sind die Charakteristika von wirksamen Teams? Erarbeiten Sie mit Ihrem Team die solide Basis, auf der Teamerfolg längerfristig beruht: Stärkung der Zusammenbeitskultur sowie das Commitment aller Teammitglieder, sich gegenseitig konstruktiv zu unterstützen. Gemeinsame Verbindlichkeiten fördern die Kooperation und das Vertrauen, die Grundlagen für einen guten Teamgeist. Ein Beitrag zur Erhaltung der Gesundheit für alle Mitarbeitenden.

Dauer: ½ Tag

Angebot 4

Feedback & Wertschätzung

Erfolgreiche Teamarbeit erfordert klare Rollen und Zuständigkeiten. Diese zu klären und dabei gleichzeitig den Teamgeist zu stärken, ist eine Kunst, die erlernt sein will. Im Workshop werden die Basis einer guten Gruppenkommunikation, die Dynamik eines wertschätzenden Umgangs sowie eine konstruktive Feedbackkultur vermittelt und eingeübt.

Dauer: ½ Tag

Angebot 5

Konstruktiver Umgang mit Stress & Resilienz

Akuten Stress identifizieren, abbauen und die eigenen Ressourcen aktivieren – wer dies gut kann, beherrscht eine wichtige Kunst des Lebens, gilt als resilient. Der Workshop zeigt die Wirkung von akutem Stress auf unseren Körper, unser Denken und Verhalten. Spielerisch setzen wir uns mit unseren persönlichen Stressverstärkern auseinander und lernen, sie besser zu handhaben. Im Workshop überprüfen wir unsere aktuelle Work-Life-Balance, lernen die Stresssignale erkennen und wie wir konstruktiv damit umgehen können.

Dauer: ½ Tag oder 1 Tag

Angebot 6

Leadership & Entscheidungsfindung

Reflektierte Persönlichkeiten und gute Entscheidungsfindung sind grundlegend für den Erfolg eines Unternehmens. Die Herausforderung, eine gute Führungs- und Entscheidungskultur aufzubauen oder zu pflegen, stellt sich sowohl bei kleinen als auch bei globalen Unternehmen. Wir lernen durch Reflexion aber auch mit unseren Gefühlen die Herausforderungen anzuschauen, abzuwägen und Entscheidungen zu treffen.

Dauer: abhängig von Anforderungen

Ort des Gestaltens

Oberhalb der kleinen Wirtschaftsmetropole Zug liegt das Lassalle-Haus, Seminarhotel und Bildungsstätte der Schweizer Jesuiten. Über 150 Jahre Gastfreundschaft prägen diesen Ort – der zahlreichen Quellen wegen Bad Schönbrunn genannt.

Offenheit und Stille, herausragende Architektur und erholsame Natur, leibliches Wohl und geistige Impulse: Dies dürfen Gäste im Lassalle-Haus erwarten – ein Zentrum für Mitgestaltende in Wirtschaft und Gesellschaft. Unser Seminarhotel bietet die passende Infrastruktur für Ihren Anlass.

Bereichern Sie Ihre Veranstaltung mit unserem Wissen und unserer Kompetenz in den Bereichen Achtsamkeit, Ethik, Meditation und Dialog zwischen Kulturen und Religionen. Sei es in Form eines Vortrags oder Workshops, einer Führung durch Haus und Park oder einem Achtsamkeitsspaziergang in die nahegelegenen Hügel. Auf Wunsch organisieren wir zusätzlich zu den Angeboten ein Picknick, Grillabend oder ein gemeinsames Kochen in der Natur.



«Wie klingt Stille?» –

Führung durch Haus und Park

Eine erlebnishaft Einführung in die spirituelle Architektur des Lassalle-Hauses, welches von André M. Studer nach der harmonikalen Bauweise konzipiert wurde. Alle Masse im Haus sind nach Klang, nach Tonlängen definiert. Die Proportionen ergeben eine ganz besondere Melodie. Das Haus ist hineinkomponiert in die sanfte Moränenlandschaft der Voralpen. Die Parklandschaft lädt zum Verweilen ein.

Die Kernbotschaft des Lassalle-Hauses «Stille bewegt» wird erfahrbar. Wir führen ein in die Philosophie des Lassalle-Hauses als «Zentrum für Spiritualität, Dialog und Verantwortung».

Dauer: 60 – 90 Min.

Der Jesuitenorden –

Geschichte und Auftrag

Global vernetzt – lokal wirksam. Der Jesuitenorden ist Träger des Lassalle-Hauses in Bad Schönbrunn. Eine bewegte Geschichte kennzeichnet den grössten Männerorden der katholischen Kirche. Schon bald nach seiner Gründung vor knapp 500 Jahren global aktiv, war er bei den Kastenlosen in Indien, am Kaiserhof in China wie in innovativen Gesellschaftsmodellen in Lateinamerika präsent. Sein Einfluss in Bildung und Politik führte zu Konflikten und Verboten, auch in der Schweiz. Heute wird der Orden für eine anschlussfähige Spiritualität und Kompetenz im interreligiösen Dialog geschätzt, nicht zuletzt im Lassalle-Haus.

Dauer: 60 Min.

Einführung in die Zen-Meditation

Zen ist die Praxis wacher Präsenz. Tauchen Sie ein in die Stille der Zen-Meditation und machen Sie erste Erfahrungen im Sitzen. Sie werden von kompetenten Lehrenden begleitet und in die Zen-Meditation eingeführt. Je nach Interesse kann ein besonderer Fokus auch auf die christliche Spiritualität und Kontemplation gelegt werden.

Dauer: 60 – 90 Min.

Atem & Bewegung –

Einführung ins Yoga oder Qi-Gong

Durch sanfte Körper- und Atemübungen erschliessen sich neue Quellen der Lebenskraft. Mit einfachen Bewegungen und Entspannungsübungen erfahren Sie Ruhe und Regeneration. Wir führen Sie ins Geheimnis und die Fülle der Atemheilkunst, des Yoga oder Qi-Gong ein, optimal am Anfang oder zum Abschluss einer langen Tagung.

Dauer: 60 Min.

Die Umgebung und Natur erleben

Gerne organisieren wir Spaziergänge sowie Erlebnisse in Verbindung mit der Natur:

- Geführter Spaziergang zum Gubel mit Kloster und Wallfahrtskirche
- Geführter Spaziergang ins Lorzentobel zu den Höllgrotten
- Führung durch den Gemüse- und Blumen-garten der zuwebe
- Führung und Vortrag eines lokalen Bienen-züchters zur Bienenwelt im Garten des Lassalle-Hauses

Dauer: 60 Min.

Kursleitende

Leitung Teamauszeit



Gabriela Scherer

Leadership-Trainerin und Teamentwicklerin, Lassalle-Institut
gabriela.scherer@lassalle-haus.org, Tel +41 41 757 14 78

Kompetente und erfahrene Persönlichkeiten begleiten Sie:



Niklaus Brantschen SJ

Zen-Meister, Lassalle-Haus



Bruno Brantschen SJ

Leiter der Bereiche Exerzitien und Langzeit-Gäste, Lassalle-Haus



Regula Gasser

Kursleiterin «Auszeit zur rechten Zeit» und «Medizin & Spiritualität»,
Coach Gesundheitsprävention





Barbara Hochstrasser

Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie, Chefärztin
Privatklinik Meiringen – Leitung Ambulatorium Bern



Tobias Karcher SJ

Direktor des Lassalle-Hauses und des Lassalle-Instituts



Ursula Popp

Zen-Assistenz-Lehrerin, Kursleiterin «Fasten» und
«Alter & Weisheit», Lassalle-Haus



Lorenz Ruckstuhl

Fachpsychologe FSP, Kursleiter «Auszeit zur rechten Zeit»



Thomas Strübel

Zertifizierter MBSR-Lehrer, ganzheitlich integrativer
Atemtherapeut (IKP)



Noa Zenger

Ref. Pfarrerin, Leitung Bereiche Fasten und Kontemplation,
Lassalle-Haus



Kontakt

Gerne beraten wir Sie und stehen bei Fragen zur Verfügung. Zur genauen Planung vereinbaren wir mit Ihnen auf Wunsch ein Vortreffen, bei dem wir Ihnen unser Haus und unsere Räumlichkeiten vorstellen und gemeinsam die Details ausleuchten.

Bei inhaltlichen Fragen zur Teamauszeit:

Gabriela Scherer

gabriela.scherer@lassalle-haus.org

Tel +41 41 757 14 78

Bei organisatorischen Fragen:

Marianne Beeler, Leitung Hotellerie

marianne.beeler@lassalle-haus.org

Tel +41 41 757 14 23

Weitere Informationen zum Angebot und Seminarhotel inkl. Virtual-Tour:

www.lassalle-haus.org/seminarhotel

Lassalle-Haus

Bad Schönbrunn

6313 Edlibach

Schweiz

info@lassalle-haus.org

Tel +41 41 757 14 14



lassalle
haus