

Coffee & Learn bei



Lernen lebt vom Austausch und vom Miteinander und gelingt in einem inspirierenden, entspannten Zustand am allerbesten.

Aus diesem Grund – und weil Sie bei minimalem Zeiteinsatz viel für sich mitnehmen können, setzen wir unsere Reihe **Coffee & Learn** auch in 2020 weiter fort. Auf diese Art und Weise lernen Sie auch unsere Trainer und Coaches am besten kennen!

Wer Coffee & Learn noch nicht kennt, der findet hier alle Fakten rund um diese Veranstaltung:

- Immer von 8.33 bis 10.00 Uhr,
- bei einem kleinen Frühstück,
- in ungezwungener Atmosphäre ☺,
- bei artaro, in der Müllerstraße 54.
- Für einen kleinen Beitrag von € 20,- zzgl. MwSt. (Online-Termine sind kostenfrei).

Und auch eine **Neuerung** gibt es in 2020, nämlich den **virtuellen ShipIt-Day**, zu dem Sie herzlich eingeladen sind! Bei diesem Format lernen wir individuell und doch gemeinsam; und es liegt an uns Teilnehmenden, daraus einen Erfolg für alle zu machen. Wir arbeiten an den individuell relevanten Themen, die im Alltag immer wieder auf der Prioritätenliste nach hinten rutschen. Mit dem virtuellen Ship-It-Day werden diese Themen wieder an die Oberfläche geholt und endlich angegangen! Wie genau das funktionieren soll und wann die Termine dafür geplant sind, dazu unten mehr.

Sie möchten teilnehmen?

Schreiben Sie uns einfach eine kurze Mail an bkostmann@artaro-muenchen.de mit Titel und Termin und Sie sind dabei! Wir freuen uns auf Sie!

Und das ist unser Programm für Sie in 2020!

Thema:	Darum geht's genau:	Gestaltung durch:	Termin:
Ziele erreichen – alleine und im Team	Haben wir klare Ziele, was wir erreichen wollen? Geben diese Ziele Sinn? Ist denn eigentlich klar, wofür wir das tun, was wir täglich tun? Wie können wir in der Arbeit erreichen, Erfüllung zu finden, durch das was jeder von uns tagtäglich tut? Und wie steht es um unsere Gesundheit? „Brenne“ ich für meine Arbeit oder „brennt sie mich aus“? Bei 5% bewusstem Handeln ist es nicht verwunderlich, dass unser Unterbewusstsein uns immer wieder einen Streich spielt beim Streben nach Erfolg. Als erfahrene Psychologin und Coach kennt sich Andrea Heinz bestens aus mit Fallen, Hürden, aber auch Möglichkeiten, durch die Arbeit einen Sinn im Leben zu finden.	Andrea Heinz Diplom-Psychologin, Lehrtherapeutin und Coach.	14.02.2020
CupCakes für Virtuelle Meetings	Mit dem gewissen Etwas machen virtuelle Meetings mit MitarbeiterInnen, KundInnen und KollegInnen Spaß und sind zudem äußerst effektiv. CupCakes stehen für kleine Methoden, die Großes bewirken - lassen Sie sich überraschen, was im virtuellen Raum alles möglich ist!	Iris Komarek	20.02.2020 > dieser Termin findet ONLINE statt und die Teilnahme ist kostenlos.

Achtsam Frühstücken – produktiv arbeiten!	Bei diesem Coffee & Learn dreht sich alles darum, dass wir unsere Mahlzeiten als Energiespender erleben können – und nicht als Energieräuber. Der Arbeitstag ist schon stressig genug. Pausen sind zum Auftanken da, um den Arbeitstag voller Energie und Power zu erleben. Heißhungerattacken, Konzentrationslöcher und Durchhänger ade! Mit kleinen Fragen und Übungen, wertvollen Hinweisen und Inspiration begleitet uns Birgit Engert in den Tag. Ohne Verbote, dafür mit vielen guten Anregungen.	Birgit Engert Erährungs- und Bewegungscoach	12.03.2020
Mediation im Unternehmen? Na klar! Knoten lösen und los!	Mediation im Unternehmen mag noch eher unbekannt sein, wird allerdings immer wichtiger. Die Zeit für ausführliche – aber wichtige – Gespräche wird leider immer knapper und so kommt es häufig zu Konflikten, die viel Energie rauben. Dauerhafter Frust und unausgesprochene Konflikte stören nicht nur das Miteinander, sondern erheblich den Erfolg und auch die Gesundheit! Mit einem Flying-Mediator gehen Sie jetzt Probleme dieser Art tatkräftig, wertschätzend und umsichtig an. Sabine Irrgang berichtet von ihren Erfahrungen und bespricht Einsatzmöglichkeiten mit Ihnen.	Sabine Irrgang Mediatorin und Coach mit dem Hintergrund der Erfahrung im Unternehmensalltag als Führungskraft und Mitarbeiterin gleichermaßen.	23.04.2020

Mit Lego® Serious Play® spielerisch im Team neue Ideen und Lösungen entwickeln.	Lego für Erwachsene? Ja genau! Lego® Serious Play® spielt schon seit einiger Zeit in Teambuilding, in der Visions- und Strategiearbeit eine Rolle. Haben Sie schon selbst ausprobiert, mit den Händen zu denken und sich von diesem spielerischen Denkansatz überzeugt? Gehen Sie mit Serious Play® Facilitator Annika Härtel auf eine Entdeckungsreise mit den bunten Bauklötzen.	Annika Härtel ist LEGO® Serious Play® Facilitator und Design Thinking Coach.	04.05.2020
Liberating Structures – Zusammenarbeit und Lernen gemeinsam gestalten.	Mit 33 Microstrukturen lassen sich im Team Ideen sammeln, strukturieren und weiterverarbeiten. Alle im Team sollen zur Sprache kommen, eine motivierende, nutzen- sowie sinnerfüllende Zusammenarbeit steht im Mittelpunkt bei der Anwendung. In diesem Coffee & Learn erleben Sie Liberating Structures in Action und sammeln erste Erfahrungen für Ihren Unternehmensalltag!	Mike Meister Prozessbegleiter, Lösungsvermittler, Navigator, Ideengeber.	19.06.2020

Virtuelle ShipIt-Days mit Susanne Heinz. Ein Experiment!	Schluss mit Gerede, jetzt wird gehandelt! Beim ShipIt-Day wird endlich das getan, was sonst gerne immer wieder verschoben wird. Bei einem gemeinsamen Auftakt stellen sich die Teilnehmer ihre eigenen relevanten Themen für diesen Tag kurz gegenseitig vor, eventuell sind Überschneidungen und gemeinsame Interessen zu erkennen. Daraus können sich kleine "Arbeitsgruppen" bilden, die selbstorganisiert zusammenarbeiten - oder man gestaltet die „Arbeitsphase“ für sich alleine. Was können diese Themen sein? All das, womit Sie sich schon längst intensiver befassen wollten, weil es für Sie und Ihre Arbeit wichtig ist. Z.B. strategische Themen die Ihre Arbeit besser machen, Recherchen rund um eine Sache, über die Sie dringend mehr wissen müssen. Nach einer individuellen Arbeitsphase von ca. 2,5 Stunden geht es im Anschluss an die Präsentation der Arbeitsergebnisse und um den Austausch der Erfahrungen. Dabei werden "goldene Quellen" geteilt, Ergebnisse und Ideen ausgetauscht und die nächsten Schritte festgehalten. Und: jeder teilt natürlich nur so viel er mag und kann ☺. Ziel ist es, wichtige Dinge endlich auf den Weg zu bringen, gemeinsam besser zu werden und von anderen zu lernen.	Susanne Heinz, Gründerin und Geschäftsführerin der artaro GmbH; Trainerin und Coach mit dem Schwerpunkt auf Agiles Lernen / Neues Lernen.	18.02.2020 05.05.2020 04.08.2020 03.11.2020 > diese Termine finden ONLINE statt und die Teilnahme ist kostenlos.
--	--	--	---



[Melden Sie sich einfach jetzt per Mail an!](#)

Wir freuen uns auf Sie und ein spannendes und lernreiches Jahr 2020!