peren & partner
Training und Beratung

• ÜBERSICHT •

Seminare & Coaching



Führung

- Management plus
- Führungskräfteentwicklung
- Mitarbeiterentwicklung



Kommunikation

- Konflikte als Chance
- Gelingende Kollegialität
- Moderation



Gesundheit

- Kopf und Herz
- Körperliche Gesundheit
- Work-Life-Balance



Mindset

- Persönlichkeit
- Kreative Lösungen
- Fokussierung

Beispielhafte Auswahl an Seminar- und Coaching-Themen unserer vier Kernkompetenzen



Führung

- Management plus
- Führungskräfteentwicklung
- Mitarbeiterentwicklung

Führung

Seminarmodule

- Zeit- und Selbstmanagement
- Meetings leiten
- Teamprozesse gestalten
- Moderation und Präsentation
- Kritikgespräche führen
- Mitarbeitergespräche
- Führungskraft als Coach
- Rolle als Frau in der Führung
- Teamentwicklung
- Emotionale Intelligenz
- Gesundes Führen
- Konfliktmanagement
- Mindful Leadership
- Agiles Führen
- Innere Haltung
- Agemanagement
- Resilienz - Immunsystem der Seele
- Train the Trainer/Coach
- Change-Management
- Generationsübergreifendes Führen
- Verhandlungen führen



Kommunikation

Seminarmodule

- Kommunikativer Handwerkskoffer
- Kundenorientierte Kommunikation
- Präsentation und Moderation
- Kollegiale Kommunikation
- Rhetorik
- Kommunikation am Telefon
- Das etwas andere Vertriebsseminar
- Selbstsicherheit
- Schlagfertigkeitstraining
- Kritikgespräche
- Umgang mit Beschwerden
- Teambuilding
- Rhetorik
- Didaktischer Methodenkoffer
- Professioneller Umgang mit Medien
- Kreatives Visualisieren
- Umgang mit Konflikten
- Kollegiale Fallberatung
- Feedback geben und nehmen
- Besprechungen leiten
- Körpersprache



Gesundheit

- Kopf und Herz
- Körperliche Gesundheit
- Work-Life-Balance

Gesundheit

Seminarmodule

- **Aktive Pausen - Move at Work**
- **Work-Life-Balance**
- **Stressmanagement**
- **Rückenschulungen**
- **Gesunde Haltung**
- **Mentales Training**
- **Resilienz - Immunsystem der Seele**
- **Meditation und Achtsamkeit**
- **Innere Haltung**
- **Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM)**
- **Zeit-und Selbstmanagement**
- **Körperbasierte Gesundheitsförderung**
- **Ressourcen aktivieren**
- **Gefährdungsbeurteilung von psychosozialen Belastungen**
- **Balance im Umgang mit Krisen**
- **Gesunde Beziehungspflege**
- **Pflegeportal (fürs Gesundheitswesen)**



Mindset

- Persönlichkeit
- Kreative Lösungen
- Fokussierung

Mindset

Seminarmodule

- **Kreativ Probleme lösen**
- **Mentales Training**
- **Innere Haltung**
- **Selbstsicherheit gewinnen**
- **Durchsetzungsstärke**
- **Fitness für's Gehirn**
- **Starke Persönlichkeit**
- **Achtsamkeit und Meditation**
- **Mindful Leadership**
- **Emotionale Intelligenz**
- **Authentizität wagen**
- **Erfolg und Ziele**
- **Wahrnehmungs- und Verhaltensmuster erkennen**
- **Circle of Influence**
- **Lügen erkennen**
- **Mentales wird Reales**
- **Improvisation**
- **Mut für Neues**
- **Kreatives Visualisieren**

peren & partner

Training und Beratung

Wir sind eine Agentur für Inhouse Seminare, Trainings und Coachings, die wir in NRW und auch bundesweit für Sie anbieten.

Unsere Kernthemen sind:



Führung

- Management plus
- Führungskräfteentwicklung
- Mitarbeiterentwicklung



Kommunikation

- Konflikte als Chance
- Gelingende Kollegialität
- Moderation



Gesundheit

- Kopf und Herz
- Körperliche Gesundheit
- Work-Life-Balance



Mindset

- Persönlichkeit
- Kreative Lösungen
- Fokussierung

Sie wollen mehr für Ihre persönliche und berufliche Weiterentwicklung tun?

Schauen Sie gerne auf unserer Homepage!
www.peren-und-partner.de

Haben Sie eine Frage?

Nehmen Sie gerne mit uns Kontakt auf. Wir freuen uns auf Sie!

Kerstin Peren & Jan Peren
und Team

mail@peren-und-partner.de
Tel.: 0 22 22 - 97 87 47

