

Teamcooking ++

Kochen mit saisonalen und regionalen Zutaten ist ein kreativer Prozess, der feine Abstimmung des Teams erfordert. In diesem Fall ist es gesundes Kochen mit individueller Ausprägung in Anlehnung an den Ayurveda. Die Teammitglieder lernen sich selbst aber auch einander besser kennen und die unterschiedlichen Qualitäten die sich nicht nur beim Kochen zeigen, wertschätzen.

Für wen ist dieses Angebot gedacht?

Management-Teams, Teams in Change Prozessen oder Konfliktsituationen, neu zusammengewürfelte Teams

Wie profitieren Sie?

- Sie finden ihren Stoffwechselltyp und die Auswirkung auf ihr Verhalten heraus
- Sie stärken Ihre Kreativität beim Entwickeln von Rezepten
- Sie lernen mit beschränkten Ressourcen umgehen
- Sie reflektieren Ihre Rolle im Team anhand der neuen Situation in der Küche
- Sie finden Wertschätzung für die Andersartigkeit Ihrer KollegInnen
- Sie wecken Ihren Geschmacks -und Geruchssinn und finden Achtsamkeit im Tun

Wie profitiert Ihr Unternehmen?

Team-Power wird gestärkt und damit die Wirksamkeit der einzelnen Personen. Die Integration von typgerechter Ernährung und Lifestyle wirkt sich positiv auf Energie und Gesundheit der TeilnehmerInnen aus

Was bringt Sie auf Erfolgskurs?

- Theorieinputs
- Kreativitätsmethoden
- Kochen
- Reflektion

Trainerin:

Anja Haider-Wallner ist systemische Management Trainerin und Unternehmensberaterin. Nebenbei hat sie ihr Hobby „Kochen“ professionalisiert. Die ausgebildete Ayurveda-Praktikerin hat bereits 3 Kochbücher veröffentlicht und leitet seit vielen Jahren Kochkurse für Privatpersonen und Unternehmen.