



## FEMALE BUSINESS ERLEBNISTAG 17. MAI 2019

### "MEHR ZEIT & SPIRIT IM BUSINESS"

Wenn jeder von Digitalisierung und Agilität spricht ist es Zeit, bewusster zu leben und Momente zu kreieren, die tief im Gedächtnis bleiben. Den Fokus richtig zu setzen und öfter mal „nein“ sagen, das lernen wir an diesem Tag von Zeitforscherin Anna Jelen. Durch den Tag begleitet uns ausserdem Karem Albash, Mindset- und Achtsamkeitsexperte. Wir halten inne, reduzieren das Gedankenkarussell und erreichen durch die gewonnene Gelassenheit mehr Klarheit und Energie. Unser Erlebnistag ist wie immer ein Tag mit viel Abwechslung und steht für eine ganzheitliche Weiterbildung, die uns in Bewegung bringt, neue Denk- und Sichtweisen aufzeigt und uns einlädt, Neues auszuprobieren, um besser ins Gleichgewicht zu kommen.

#### Workshop-Leitung

**Anna Jelen**, The Time Expert | Thema: Zeit, Fokus & Momente

**Karem Albash**, Mindset Spezialist | Thema: Gelassenheit & Ruhe

#### Tages-Moderation

**Dr. Karin Jeker Weber**, Founder Female Business Seminars

## PROGRAMM

**17.05.2019**

Hotel Bildungszentrum 21  
Missionsstrasse 21  
4009 Basel

**08.30 Uhr**

Eintreffen der Teilnehmerinnen

**09.00 Uhr**

Begrüssung Dr. Karin Jeker Weber

**09.15 Uhr**

Gemeinsame Einführung Anna Jelen und Karem Albash in die jeweiligen Workshop-Themen

**09.30 Uhr**

Kurze Pause und Wechsel in die Gruppen, Start Workshops

**12.00 Uhr**

Lunch-Break (wenn möglich im Freien)

**13.00 Uhr**

Wechsel der Gruppen in den jeweiligen Workshop

**15.30 Uhr**

Kurze gemeinsame Pause

**16.00 Uhr**

Wrap-Up im Plenum, Diskussion Workshops & Take-aways vom Tag

**17.00 Uhr**

Ausklingender Apéro riche auf der Hotelterrasse

**18.00 Uhr**

Ende der Veranstaltung

## ANMELDUNG

#### Preis

Regulär: CHF 400.-

FB Clubmitglieder: CHF 300.-

Early-Bird: CHF 350.-

Anmeldeschluss: 30. April 2019

Anmeldung über unsere Webseite  
[www.femalebusinessseminars.ch](http://www.femalebusinessseminars.ch)



FEMALE  
BUSINESS  
SEMINARS