



do care! – Praxishilfen:
Ihr Infobrief für
mehr Wohlbefinden im Job.



Dr. Anne Katrin Matyssek

do care!
Urbacher Weg 80c
51149 Köln
info@do-care.de
www.do-care.de

19. Ausgabe (20. November 2011)

PERSÖNLICHES: Im Namen meiner Gesundheit sage ich „Nein“

Mich packt ein bisschen (!) Wehmut beim Gedanken daran, dass dieses Jahr nun seinem Ende entgegengeht; andererseits freue ich mich auch auf die neue Zeit. Manche von Ihnen wissen es bereits: Ab 2012 gebe ich keine Seminare mehr zum Thema „Gesund Führen“ – ich werde nur noch Bücher schreiben und ein paar Vorträge halten.

Das Seminar ist für mein kleines Geschäft das, was man wohl betriebswirtschaftlich die „cash cow“ nennt: das Hauptprodukt, das ohne jegliche Akquise-Anstrengung ständig nachgefragt und gut bezahlt wird (ein Hoch auf die Erfindung des Expertinnenstatus ☺ ..). Und trotzdem soll damit nun Schluss sein – zumindest für ganz lange Zeit.

Wieso?! Im Namen meiner Gesundheit ... Wie Sie im vorletzten Infobrief lesen konnten, bin ich der Meinung: Jeder Mensch sollte sich 4mal pro Jahr fragen, ob er seinen jetzigen Job noch bis zur Rente ausüben kann. Und wenn ich mich das in den letzten Jahren fragte, war die Antwort eindeutig: Nein. Noch weitere 5 Jahre, das wäre sicher möglich. Aber nicht viel mehr.

Weitere 20 Jahre lang Seminare geben, das geht (für mich) nicht. Dazu ist es mir einfach zu anstrengend. Ich brauche jetzt schon bis zu 2 Tage zum Erholen, und ich werde ja nicht jünger. Seminare-Geben mit weniger Herzblut, das geht erst recht nicht. Das habe ich probiert, aber ich kann einfach nicht aus meiner Haut: Ich gehe einfach immer total auf in dem, was ich tue. Ich bin bei jeder Gruppe voll präsent, zwei Tage lang, und danach bin ich ausgelaugt – genau so lange.

Also muss und möchte ich nun umdisponieren, und mein neues Lebensziel heißt: „vom Schreiben leben“. Im Namen meiner Gesundheit. Es ist ein Experiment, in gewisser Weise.

Damit möglichst viele Menschen meine Bücher kennen, braucht's natürlich noch ein paar Bekanntmachungswege. Einer davon sind Vorträge. Und dazu gibt es jetzt die Aktion „7 x 77“ – Sie dürfen mal raten, an welchem Tag im November mir diese Idee kam ... (Tipp: ein beliebtes Heiratsdatum): Wie Sie im Infobrief lesen können, sind 7 Vorträge (fast) kostenlos zu vergeben. Machen Sie einfach mit, und schreiben Sie mir, warum ich gerade zu Ihnen kommen sollte ... ;-)

Der kalorienfreie Adventskalender ist das neueste meiner Bücher. Es soll Ihnen die schöne Vorweihnachtszeit versüßen und Impulse zur Entstressung liefern. Für viele heißt es ja

Weihnachtszeit = Schwerstarbeit

Und das finde ich sooooo schade! Für mich ist es die zauberhafteste Zeit des Jahres (deshalb habe ich in diesem Jahr „Nein“ zum Vorweihnachtsstress gesagt und lauter Vorweihnachtsgeschenke verschickt – damit die Adventszeit wirklich frei ist für die schönen Dinge des Lebens; aber ich gebe zu: Diese Lösung eignet sich nicht für alle; Entstressung ist aber trotzdem möglich, für alle ...).

Ich wünsche Ihnen jedenfalls von Herzen, dass für Sie die Gleichung aufgeht:

Weihnachtszeit = schönste Zeit

In diesem Sinne gemütliche
(und natürlich sonnige ...) Zeiten
wünscht Ihnen Ihre

Anne Katrin Matyssek 

BÜCHER (www.do-care-shop.de), DIE ZUM THEMA PASSEN:

- OH, DU FRÖHLICHES TEAM! 24 Impulse für eine stressfreie Adventszeit im Betrieb. Ein kalorienfreier Adventskalender. **12.90 €**
- DANKE! MENSCH, SIND WIR FROH, DASS SIE FÜR UNS ARBEITEN! – Ein CareCracker. **5.00 €**
- **NEU: Alle Bücher sind auch im Corporate Design Ihres Unternehmens erhältlich, auch mit Vorwort Ihres Geschäftsführers etc. Fragen Sie einfach nach Sonder-Editionen (ab 30 Exemplaren)!**