

„Lieber heimlich gut vernetzt, als unheimlich schlecht verknotet!“

Liebe GABAL-Freunde
und alle, die es einmal werden wollen!

Lassen Sie sich überraschen!

In dem letzten Monat haben wir uns intensiv mit der inhaltlichen Struktur sowie der Funktionalität unseres Online-Netzwerkes befasst. Die Erfahrungen des ersten Jahres, die Umfragen, Ihr Feedback und die Aspekte der Perspektive unseres Projektes haben uns inspiriert.

Heraus gekommen, so meinen wir, ist ein inhaltlich neu strukturiertes Online-Netzwerk, das auch mit einem wesentlich freundlicheren Design aufwartet.

Hier einige Neuheiten:

- Integration und Erweiterung der dynamischen Funktionalität, z.B. Überarbeitung des **Gästebuches**, **Empfehlungs- sowie Feedback-Funktion**,
- **Einführungs-Tour** über das Online-Netzwerk zur besseren Orientierung gerade für Erstbesucher
- Einrichtung eines **FAQ** – die meist gestellten Fragen und Antworten
- Einbindung eines völlig **neuartigen Forums** zum Meinungsaustausch und zur Diskussion,
- Insgesamt sind **unsere Seiten** ca. 20% kleiner geworden und damit für Sie **noch schneller!**

Um dies alles realisieren zu können, haben wir u.a. auch den Provider wechseln müssen. Sollte also zeitweise die eine oder andere Seite nicht so gut erreichbar gewesen sein (man weiß ja nie!), dann sehen Sie uns dies bitte nach! Wir haben davon zukünftig mit Sicherheit noch größeren Nutzen!

Wir freuen uns auf ein spannenden Monat und Ihre Mitwirkung und freuen uns schon heute auf Ihr konstruktives Feedback!

Eine gute Zeit wünscht Ihnen
Das Team des Online-Netzwerkes

SURF-TIPP

Aktuelle Information und Wissenswertes rund um das Thema **Gesundheit**, Gelegenheit, einmal gezielt zu suchen, zu stöbern oder einfach nur blättern!

<http://www.gabal-rganhalt.de/fundgrube/linktip.html>

Passend dazu auch unsere Newsletter-Empfehlung:

<http://www.gabal-rganhalt.de/fundgrube/newsletterecke.html>

THEMA NR. 1

Stress - ein altes neues Thema

Die Bedeutung des Managens von Stress wird in der Praxis auf "weiter Flur" erheblich unterschätzt.

Zahlen belegen

So schätzten nach einer Studie von 1998/1999 des BIBB/ IAB der Nürnberger Bundesanstalt

- 46 Prozent der Befragten ein, dass Stress und Arbeitsdruck zugenommen haben,
- 50 Prozent der Erwerbstätigen gaben an, dass sie praktisch immer bzw. häufig unter starkem Termin- und Leistungsdruck leiden.

<http://www.gabal-rganhalt.de/fundgrube/thematip.html>

Lesen Sie dazu auch weiterführend

<http://www.gabal-rganhalt.de/fundgrube/stress1.html>.

LYRIK

"GESUNDHEIT"

Ich wünsch Dir,
dass du dankbar bist
für jeden Tag,
den du gesund bist und
ohne Schmerzen erlebst.

Und wenn die Tage kommen,
an denen die Schmerzen
stärker sind als deine Zuversicht,
dann wünsche ich dir,
dass du getragen wirst
von einem, der dich liebt,
an den du glaubst
der bei dir ist.

Weiterlesen unter

<http://www.gabal-rganhalt.de/fundgrube/lyrikecke.html>

COACHING UND ANALYSE-INSTRUMENTE

Teil 3

Am Anfang eines jeden Coaching-Prozesses steht die Analyse der IST-Situation. Dabei spielt die Selbsterkenntnis, die Analyse der Persönlichkeit, eine bedeutende Rolle.

Der Markt der Persönlichkeits-Analyse-Instrumente ist sehr groß und reicht vom Enneagramm, M.B.T.I. (Mayer-Briggs-Typen-Indikator), H.D.I. (Herrman Dominanz Instrument) oder DISG bis hin zu sehr umfangreichen und aufwendigen Methoden wie z.B. dem BIP (Bochumer Inventar zur berufsbezogenen Persönlichkeitsbeschreibung).

<http://www.gabal-rganhalt.de/fundgrube/coaching3.html>

BUCH-TIPP

Meditation - eine Technik nur für Abgehobene?

Unser Buchtipps des Monats von **Paul Roland**

"Entspannung durch Meditation" -

Das Komplettprogramm für Körper, Geist und Seele.

ist passen zu dem Thema des Monats eine Empfehlung wert, und das aus doppeltem Grund:

Zum einen gibt es Anregungen im Buch und etwas zum Ausprobieren auf der beiliegenden CD.

<http://www.gabal-rganhalt.de/fundgrube/buchtip.html>

Lesen Sie dazu die Buch-Rezension auf

<http://www.gabal-rganhalt.de/fundgrube/buchtip02022.html>

TERMINE IM MONAT FEBRUAR

Ein im wahrsten Sinne des Wortes turbulenter Monat mit Terminen, Messen, Kongressen und Symposien.

<http://www.gabal-rgsachsen.de/termine/index.html>

MESSE-TERMINE DES JAHRES

Wir haben die Messe-Termine wieder ergänzt.

Wenn Sie einen für Sie wichtigen Termin dabei vermissen haben, lassen Sie uns das wissen.

<http://www.gabal-rgsachsen.de/termine/index.html>

EMPFEHLUNG + WEITERGABE

Liebe GABAL-Freunde,

Sie dürfen diesen Newsletter gern an Freunde und Bekannte weiter empfehlen. Vielleicht interessieren Sie sich auch dafür.

Bitte versenden Sie diesen Newsletter aber NUR KOMPLETT!

Dann hat ein jeder mehr davon!

REZENSION VON BÜCHERN

Immer mehr gefragt sind Ihre Bücher und natürlich **Rezensionen und Kommentare** zu den Empfehlungen und Diskussionen im Forum.

Wir stellen diese dann wieder in einer Liste allen zum Download zur Verfügung.

<http://www.gabal-rganhalt.de/fundgrube/buchtip.html>

MITGLIEDSCHAFT BEI GABAL

Sie haben Interesse an GABAL gefunden?

Schreiben Sie uns einfach eine Email an

<mailto:mitgliedschaft@gabal-rgsachsen.de> oder <mailto:mitgliedschaft@gabal-rganhalt.de>.

Ihren Nutzen einer GABAL-Mitgliedschaft haben wir für Sie zusammen gestellt unter

<http://www.gabal-rgsachsen.de/mitglieder/mitgliedschaft.html>

Ein Service für GABAL-Freunde!

MOTIVATION

Die größte Kraft des Universums - Ein Märchen

Ein altes Märchen erzählt von den Göttern, die zu entscheiden hatten, wo sie die größte Kraft des Universums verstecken sollten, damit der Mensch sie nicht finden könne, bevor er dazu reif sei, sie verantwortungsbewusst zu gebrauchen.

Ein Gott schlug vor, sie auf der Spitze des höchsten Berges zu verstecken, aber sie erkannten, dass der Mensch den höchsten Berg ersteigen und die größte Kraft des Universums finden würde, bevor er dazu reif sei. Ein anderer Gott sagte: "Lasst uns diese Kraft auf dem Grund des Meeres verstecken." Aber wieder erkannten sie, dass der Mensch auch diese Region erforschen und die größte Kraft des Universums finden würde, bevor er dazu reif sei.

Schließlich sagte der weiseste Gott:

"Ich weiß, was zu tun ist. Lasst uns die größte Kraft des Universums im Menschen selbst verstecken. Er wird niemals dort danach suchen, bevor er reif genug ist, den Weg nach innen zu gehen."

Und so versteckten die Götter die größte Kraft des Universums im Menschen selbst, und dort ist sie noch immer und wartet darauf, dass wir sie in Besitz nehmen und weisen Gebrauch davon machen.

(Quelle: Kurt Tepperwein: "Die hohe Schule des Erfolgs")

<http://www.gabal-rganhalt.de/fundgrube/motivationsecke.html>

WERBUNG

SL – Marketing & Management –

Mit Geist zum Erfolg!

Ihr Dienstleister für Coaching, Personal-Auswahl, Personal-Entwicklung.

Wenn Sie wissen möchten, was Coaching ist ...

<http://www.sven-lehmann.de/coaching.html>

Wenn Sie wissen möchten, was Coaching Ihnen nutzen kann ...

<http://www.sven-lehmann.de/coaching1.html>

Wenn Sie wissen möchten, wie Coaching abläuft ...

<http://www.sven-lehmann.de/coaching2.html>

Wenn Sie Kontakt aufnehmen möchten ...

<http://www.sven-lehmann.de/kontakt/impressum.html>

Wenn Sie mit uns über das Thema Coaching sprechen möchten ...

<http://www.gabal-rganhalt.de/forum/index.html>

WERBUNG

FUNDGRUBE

Denkanstoss - Progressive Muskelentspannung

Wer seine verspannten Muskeln entspannen möchte, sollte es einmal nach der Methode des Schweden Edmund Jacobson versuchen.

Oder Sie nehmen abends einfach einmal ein warmes Bad. Kaum eine andere Methode bringt den Körper schneller auf den Weg ins Traumland.

Jacobson erkannte schon vor 90 Jahren, dass gezieltes Anspannen und abruptes Lösen einzelner Muskelgruppen den Körper vollständig entspannen kann - physisch wie psychisch.

<http://www.gabal-rganhalt.de/fundgrube/index.html>

NEWSLETTER IM PDF-FORMAT

Wer Sie Newsletter lieber im PDF-Format lesen möchten, können Sie unsere GABAL-Newsletter auf unserer Web-Site unter dieser Adresse downloaden. Viel Spaß auch dort beim Lesen!

<http://www.gabal-rganhalt.de/newsletter/index.html>

ARCHIV

Das Archiv mit den älteren Ausgaben unseres Newsletters finden Sie ab sofort an dieser Stelle:

<http://www.gabal-rganhalt.de/archiv/index.html>

GABAL-REGIONALGRUPPEN-LEITER

Möchten auch Sie Ihre Termine und Informationen in diesem Newsletter einbringen oder von einer gelungenen Veranstaltung Ihrer RG berichten?

<mailto:aktuell@gabal-rganhalt.de>

MEINUNG UND ERFAHRUNG

Ziel der Neustrukturierung unseres Online-Netzwerkes war u.a. die Erweiterung der interaktiven Funktionalität unseres Online-Netzwerkes und des damit verbundenen Nutzens für alle Besucher und GABAL-Freunde.

Besuchen Sie unser Forum und überzeugen Sie sich einmal selbst. Wir freuen uns auf Ihre Meinung!

<http://www.strategie-netzwerk.de/forum/index.php>

UNSER WUNSCH

Wenn es Ihnen auf unseren Seiten gefallen hat, lassen Sie das doch auch andere wissen!

Wir verlosen jeden Monat ein Buch unter allen Empfehlern!

Das ist uns ein Tipp an Freunde wert!

<http://www.gabal-rganhalt.de/empfehlung/index.php>

Ein Service für GABAL-Freunde!

:))) :-)) :-)) :-))) :-)) :-)) :-))) :-)) :-)) :-)))

Wir hoffen, dass für jeden wieder etwas dabei war! Lassen Sie sich auch beim nächsten Mal überraschen!

Gern lesen wir Ihr ganz persönliches Feedback.

Schreiben Sie uns am besten sofort!

<http://www.gabal-rganhalt.de/feedback/index.php>

Ihre Regionalen e-GABAL-er
Sven Lehmann und Jörg Petermann



Impressum

Redaktion

GABAL-Regionalgruppe Sachsen-Anhalt
Th.-Müntzer-Str.2

39343 Rottmersleben

Telefon: 039206 - 90497 Telefon: 039206 - 90498

<mailto:aktuell@gabal-rganhalt.de>

GABAL-Regionalgruppe Sachsen

Schillerstraße 5

04838 Eilenburg

Telefon: 03423 – 603406 Telefax: 03423 - 604672

<mailto:aktuell@gabal-rqsachsen.de>

Wir haben diesen Newsletter gewissenhaft und mit Sorgfalt erarbeitet. Für evtl. auftretende Fehler übernehmen wir jedoch keine Haftung!

Erscheinungsweise: monatlich am 1. des Monats.

Der nächste Newsletter erscheint am 01.03.2002

Copyright 2001 - 2002 - GABAL-Regionalgruppe - Alle Rechte vorbehalten -

Sie können den Newsletter bestellen, indem Sie eine leere Email an schreiben:

<mailto:gabal-regionalgruppe-subscribe@domeus.de>

Wenn Sie diesen Newsletter in Zukunft nicht mehr beziehen möchten, schreiben Sie einfach eine leere Email an:

<mailto:gabal-regionalgruppe-unsubscribe@domeus.de>

Wenn Sie eine Ihre Email-Adresse ändern möchten, so melden Sie Ihren Newsletter einfach ab und melden Ihre neue Adresse danach wieder an!

Trotz sorgfältiger Recherche und Überprüfung der zugrunde liegenden Quellen können wir keine Gewähr für den Inhalt der Links übernehmen.

Jegliche Haftung für entstandene Schäden ist ausgeschlossen.

Wir sind für den Inhalt externer Seiten nicht verantwortlich.

BIS BALD!