

Thurgauer Lehrlingstag 2019: 20 Rezepte für Lernende und Auszubildende

Die Anforderungen in der Arbeitswelt sind hoch, es wird viel verlangt. Die Gäste des Lehrlingstages vom Montagnachmittag, 25. November 2019 bieten deshalb 4x5 konkrete und praxiserprobte Rezepte für den Alltag von Auszubildenden und Auszubildenden, die jeden weiterbringen!

Dieses Jahr stehen zwei Schwerpunkte im Fokus, die alle Berufstätigen – die Lernenden aber ganz besonders – betreffen. Am Lehrlingstag vom 25. November 2019 dreht sich alles um diese Themen:

Effizienter arbeiten

Alles erledigt statt völlig erledigt! Sinnvolles Zeitmanagement spart Zeit und reduziert Stress. Eine optimale Arbeitsorganisation wirkt sich nachhaltig auf Effizienz und Wohlbefinden aus. Die Teilnehmer des Lehrlingstages 2019 lernen deshalb, wie die eigenen Ressourcen besser eingesetzt und wie Ziele stressfreier erreicht werden können.

«Clever» statt rundum perfekt – Befreiung aus der Perfektionsfalle

Wir alle möchten alles möglichst gut machen – das ist normal und gerade im Berufsleben auch wichtig: Bei der Arbeit engagiert, im Privaten aktiv, im Aussehen attraktiv und in den sozialen Medien präsent. Eine ganz andere Sache ist, wenn wir uns selbst ständig unter Druck setzen, ... weil alles immer perfekt sein soll, ... weil wir uns gnadenlos verurteilen, wenn ein Fehler passiert, ... weil es nie gut genug ist was wir tun und was wir sind, ... weil wir uns nur noch mit anderen vergleichen.

4 Referenten mit je 5 Rezepten

Der erfahrene Personalentwickler Andy Eisenhut zeigt auf, mit welchen 5 einfachen Tricks die täglichen 24h optimal genutzt werden können. Die fünf Rezepte von Dr. phil Astrid Mehr, Arbeitspsychologin und Fachpsychologin, helfen zu erkennen, wann unser Streben nach Perfektion eine Ressource ist, welches Mass zu uns und unseren Lebenssituationen passt sowie Ideen zu finden, wie wir uns von der Abhängigkeit lösen können. Die Ostschweizer Leichtathletik Nachwuchs-Hoffnung, Yasmin Giger, berichtet am Lehrlingstag aus bester Erfahrung, wie es mit entsprechendem Selbstmanagement gelingt erfolgreich zu sein. Und schliesslich beleuchtet Eishockey-Nationaltrainer Patrick Fischer im Bühneninterview die beiden diesjährigen Themen des Lehrlingstags aus Sicht des Spitzensports, besonders auch im Hinblick auf die Heim-WM im kommenden Jahr.

Der Grundgedanke dieser gemeinnützigen Veranstaltung ist es, den Jugendlichen und deren Ausbildnern Rüstzeug und Motivation für die Lehrzeit mitzugeben. Der Lehrlingstag wird unter dem Patronat der Regierung des Kantons Thurgau, des Thurgauer Gewerbeverbandes, der Industrie- und Handelskammer Thurgau und des Verbandes Thurgauer Landwirtschaft veranstaltet. Der Anlass findet im Kongresszentrum Thurgauerhof in Weinfelden statt, wird von erfahrenen Forumsveranstaltern organisiert, mit hochstehender Veranstaltungstechnik begleitet und vom bekannten Radio- und Fernsehmann Reto Scherrer moderiert.

95% der letztjährigen Teilnehmer gaben an, dass ihnen der Besuch des Anlasses etwas für ihre Lehrzeit gebracht hat! Zum Beispiel neue Sichtweisen, interessante Impulse, frische Motivation und vieles mehr.

(3'110 Zeichen inkl. Leerzeichen)

Weitere Informationen:

Gregor Wegmüller, Geschäftsführer MESSEN WEINFELDEN (Veranstalter)

Tel. 071 626 45 04, E-Mail wegmueller@lehrlingstag.ch