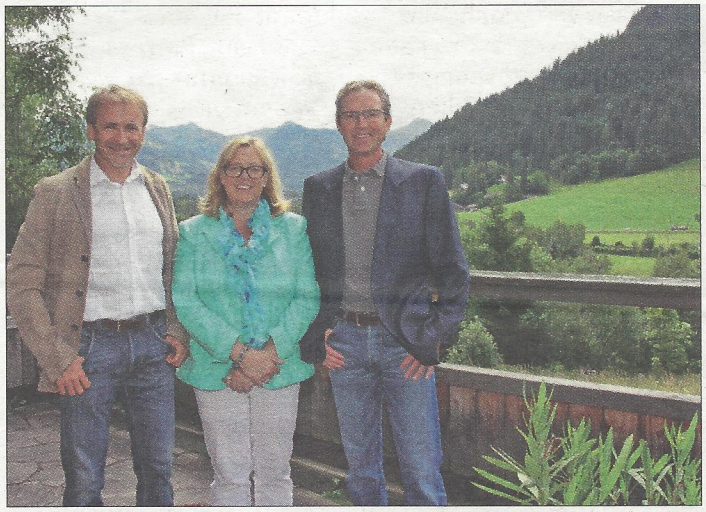
Mit Vitalitätsseminaren selbstbestimmt den Alltag meistern

TimeOut statt BurnOut

Dem BurnOut keine Chance geben ist das Ziel des Vitalitätsseminars „TimeOut statt Burnout am Kraftort Kitzbühel". 15 Anzeiger-Leser haben die Möglichkeit, die Vorträge und Aktivitäten des Seminars von Heinz Bédé-Kraut und Andreas Zimmermann am 12. September zu erleben.



Den Kraftort Kitzbühel im Chalet Kaiserhof nützen Andreas Zimmermann (links) und Heinz Bédé-Kraut. Sonja Palma (Sales und Marketing-Managerin des Kaiserhofs) hat die passende Location für das Seminar. Foto: Pöll

Kitzbühel | Immer mehr Menschen scheitern an den steigenden Anforderungen des Alltags. Verlust der eigenen Lebensenergie und Lebensfreude, Schlafstörungen, psychosomatische Beschwerden, sowie Erschöpfungszustände usw. sind die unabdingbare Folge. Die kreative Antwort auf diese Belastungen ist ein proaktives und selbstbestimmtes Leben. Das sich am besten dann entwickeln lässt, wenn die eigenen Kräfte dazu noch ausreichen. Der *Kitzbüheler Anzeiger* stellt sich deshalb in Kooperation mit den beiden Life-Coaches Mag. Heinz Bédé-Kraut (Sportwissenschafter) und Mag. Andreas Zimmermann (Psychologe & Salutovisor) in den Dienst der Prävention: am Freitag, 12. September, von 14 bis 21 Uhr beginnt im Chalet Kaiserhof (am Lutzenberg) eine Seminarreihe zum Thema „TimeOut statt Burn-Out am Kraftort Kitzbühel". Weitere Termine folgen.

Wer sein Leben bewegungs-, sowie ernährungsmäßig proaktiv und psychisch selbstbestimmt gestaltet, hat nicht nur eine deutlich verbesserte Lebenszufriedenheit, sondern auch mehr Erfolg bei geringerem Energieeinsatz. Diese Erfolgsformel lässt sich individuell entwickeln bzw. vertiefen. Das wissen die beiden routinierten Erfolgstrainer und ehemaligen Spitzensportler Heinz Bédé-Kraut und Andreas Zimmermann aus langjähriger Berufs- und Selbsterfahrung. Sie coachen im deutschsprachigen Raum Führungskräfte, Spitzenathleten sowie zahlreiche proaktive Menschen, die ihr Leben und ihren Berufsalltag erleben statt verleben wollen.

InteressentInnen an dieser einmaligen Gesundheitsinitiative melden sich bis 5. September in der Redaktion des *Kitzbüheler Anzeiger* (E-Mail: redaktion@kitzanzeiger.at). 15 Personen können an der einzigartigen Seminarreihe mit individueller Betreuung und maßgeschneidertem Selbstbestimmungs-, Energie und Vitalitätsansatz teilnehmen. Entsprechend dem Slogan der Initiative:

„Mir san mir, mir san HIER, mir san stärker als die GIER, mir san stärker als der WAHN, weil ma selbstbestimmt SAN."



Blaulicht

Der Polizei widersetzt

St. Johann | Am 13. Juli, um 1.30 Uhr, führten Beamte der PI St. Johann auf der B161 im Ortsgebiet von St. Johann Lenker- und Fahrzeugkontrollen durch. Beim Versuch, einen Motorradlenker anzuhalten, beschleunigte dieser unmittelbar vor dem Beamten sein Motorrad, wobei der Beamte nur durch eine Sprung zur Seite eine Kollision verhindern konnte.

Bei dem Fahrzeug handelt es sich um ein weiß gelbes Motorrad ohne Kennzeichen, der Lenker trug einen grauen Vollvisierhelm.

St. Johann | Am 13. Juli, gegen 1.45 Uhr, verweigerte eine Angestellte der beauftragten Sicherheitsfirma einem stark alkoholisierten 26-jährigen Einheimischen den Zutritt zum Marktfest. Nachdem er sich mehrmals durch Körperkraft Zutritt verschaffen wollte, griff er auch die einschreitenden Beamten der PI St. Johann tätlich an, sodass die Beamten in weiterer Folge die Festnahme aussprechen mussten.

Bei der Amtshandlung wurde niemand verletzt.

Einbrüche in St. Johann

St. Johann | Gleich sieben Mal wurde am 11. Juli in St. Johann eingebrochen. Der oder die Täter brach jeweils durch ein Fenster oder eine Tür auf und durchsuchte das Objekt nach Bargeld oder Wertgegenstände. Gestohlen wurden ein Tresor, Banknoten und Werkzeug.