

# LOCO LETTER

Nr.1|2013

VERRÜCKT NACH BEWEGUNG!



.....

Heißer Lesestoff  
für kühle Denker:

HRV oder  
das Lebensfeuer

Schlüssel-  
kompetenztraining

Lebensmotive  
als Erfolgs-Motor

.....

DAS LOCO-TEAM wünscht  
allen Freunden und Kunden  
einen bewegten Sommer!

# Brennst du noch für deinen Job?



## Feuer und Flamme fürs Leben

Wir glauben daran, dass der gesunde ausgeglichene Mitarbeiter Besseres für sein Unternehmen leistet!

Darüber hinaus liegt uns die ganz persönliche Gesundheit der Menschen am Herzen. – und wir sind verrückt genug, das nicht als Floskel zu meinen. Daher gibt es eine LOCO-Kooperation der besonderen Art: **LOCOMOTION und Ordination Csillag in St. Valentin.**

### Wie? Was?

Das trifft sich sehr gut!

Sandra Csillag ist ja schon seit 2002 Teil des LOCO-Netzwerkes, viele Jahre war sie intensiv als Trainerin mit Gesundheitsthemen betraut. In den letzten beiden Jahren hat sie ihren Mann Christian Csillag vermehrt bei der Ordinationsgründung unterstützt. Die beiden messen unter anderem auch die HERZFREQUENZVARIABILITÄT. Für alle von Ihnen, die es gerne einfacher mögen: die HRV oder das „**LEBENSFEUER**“.

Dabei wird eine 24-Stundenmessung ihrer Herzrhythmik durchgeführt. Die Abtastrate ist dabei rund 10 mal höher als bei einem Standard-EKG auf einer Intensivstation (allerdings müssen Sie dafür nicht dorthin ;-). Im Alltag wird ein kleines Kästchen mitgeführt, das über Klebeelektroden ihre HRV misst.

### Und wozu das Ganze?

Die bildhafte Darstellung ihrer HRV zeigt recht plakativ, wie gut Ihr Körper sich an die täglichen Anforderungen anpassen kann. Somit werden nicht nur der Fitnesszustand sondern vor allem auch Ihr Umgang mit Stress, schwierigen Situationen oder auch Ihre Schlafqualität dargestellt.

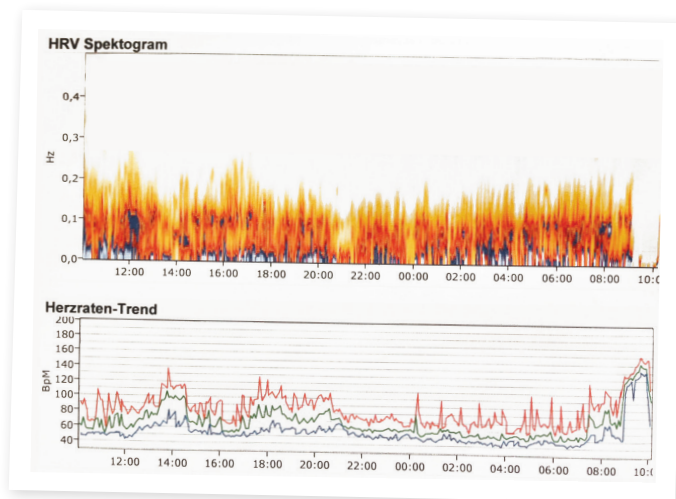
### Perfektes Screening

**also in Zeiten der hohen beruflichen Belastung!**

Das Screening kann sowohl im Rahmen einer Einzelberatung stattfinden, ebenso aber auch im Vorfeld eines unserer Gesundheitsseminare. Während der Seminarzeit gibt es dann die Möglichkeit, in Einzelsitzungen das „Lebensfeuer“ zu besprechen und gezielt Maßnahmen abzuleiten.



Sandra Csillag mit Harald Danzmayr



HRV Harald Danzmayr: sehr stark ausgeprägtes Lebensfeuer und ungünstige Schlafarchitektur

### LOCOMOTION-KOOPERATIONSPARTNER

.....  
Wahlarztordination Dr. Christian Csillag  
Facharzt für Innere Medizin  
und Sportmedizin  
Westbahnstraße 34 | 4300 St. Valentin  
.....



# FIT FOR SUCCESS

Der **Schlüssel** zum Erfolg  
der Pfeiffer Handelsgruppe

www.pfeiffer.at

Bereits seit Ende 2010 läuft das Projekt „FIT FOR SUCCESS“ sehr erfolgreich. Alle Geschäftseinheiten und Vertriebstöchter der 770-Millionen-Euro-Umsatz-Handelsgruppe nehmen daran teil. 3 - 4 x jährlich trainieren Lehrlinge aller 3 Lehrjahre u. AusbilderInnen unterschiedlichste **Schlüssel**kompetenzen. Gerade hier bewähren sich die „hybriden“ Trainingsdesigns von Locomotion. **Sie machen den Unterschied zu anderen Trainingsanbietern aus.** Wichtige Themenbereiche sind z.B. Teamarbeit, Kommunikation, Vertrauen oder Spezialthemen des Verkaufens und der Beziehung zu Kunden.

## Schlüsselreize

auf körperlicher, geistig/seelischer & sozialer Ebene werden mittels Erlebnispädagogik und handlungsorientiertem Lernen im Seminar gesetzt, die gesamte Wirkungsbreite entfaltet sich durch den engagierten Transfer der AusbilderInnen und Führungskräfte bei Pfeiffer in den Märkten auf täglicher Basis.

## Die Seminare

erhöhen die Bindung an die Pfeiffer-Handelsgruppe, zukünftige Fach- u. Führungskräfte von und für Pfeiffer werden perfekt auf kommende Herausforderungen vorbereitet. Sie werden zu **Schlüssel**kräften des unternehmerischen Erfolges von morgen.



## ehrllich gesagt:

„Das Lehrlingsseminar März war für uns bis jetzt das Beste der 3-tägigen Seminare! Wir hatten mit den beiden Trainern sehr viel Spaß, sie haben uns super unterstützt und nicht an Lob gespart, daher auch großes Lob zurück. Ich - und ich denke auch die anderen Teilnehmer - haben uns aus den 3 Jahren sehr viel mitgenommen und wir finden es sehr schade, dass es das letzte Mal war. Ich wollte mich noch bedanken, dass uns dies ermöglicht wurde - es war jedes Mal eine gute Erfahrung und hat den Zusammenhalt untereinander sehr gestärkt.“

*Christa Winzer (Lehrling 3. LJ, Pfeiffer Holding, Absolventin „Fit for Success“)*

„Das erste Mal als ich bei dem Ausbildertraining dabei war, war ich so gefesselt und sprachlos von den Lehrlingen, dass ich heute noch gerne zurückdenke! Was mich fesselte, war, dass die Lehrlinge so kreativ waren und jeder seinen Beitrag leisten musste, sogar der schüchternste und ruhigste Lehrling ist über sich hinaus gewachsen. Ich finde es super, dass Lehrlingsseminare angeboten werden, denn hier lernen die Lehrlinge Selbstständigkeit, Eigeninitiative und Vertrauen! Sogar den Lehrlingen gefällt dieses Seminar sehr gut, denn wir haben bis jetzt immer nur ein positives Feedback bekommen.“

*Prity Patel (Marktleiterin C+C Wien Nord)*



**pfeiffer**  
Handelsgruppe

## Beeindruckende bisherige Zahlen:

120 Lehrlinge und 50 AusbilderInnen pro Jahr, 19 Absolventen bisher (= alle 3 Module FIT FOR SUCCESS erfolgreich absolviert).



Autor

Thomas Mühlberger

Unternehmensberater

| Coach | Trainer

thomas.muehlberger@loco-  
motion.at

# Schenken Sie (sich) Klarheit und Orientierung mit dem Reiss Profile®



## Motive sind der Motor des Erfolgs

Das Reiss Profile® ist ein Diagnoseinstrument für menschliche Motivation und erfasst die Dimensionen der individuellen Persönlichkeit. Basis dafür ist ein psychologisches Testverfahren, das von Professor Dr. Steven Reiss in den 1990-er Jahren entwickelt wurde. Dieses Instrument fragt nach den Ursachen menschlichen Handelns - und ergründet die wesentlichen und unveränderlichen Aspekte der Persönlichkeit. Es gibt Auskunft darüber, in welcher Intensität die 16 Lebensmotive beim einzelnen ausgeprägt sind.

**Leben wir in Übereinstimmung mit unseren Motiven sind wir glücklich, zufrieden und erfolgreich.** Tun wir das nicht ist das Gegenteil der Fall.

Die eigenen Motive, Werte und Ziele zu kennen und leben zu können, nennt die Steven Reiss „Werteglück“. Das Reiss Profile® unterstützt Menschen dabei, ihr persönliches Werteglück zu realisieren und zeigt Wege zu mehr Selbstakzeptanz sowie Respekt und Toleranz im Umgang mit anderen. Im beruflichen Kontext ist dabei besonders von Bedeutung, dass die Erfahrung von Werteglück der Antrieb für Leistung ist. Hierin liegt die ökonomische Relevanz und der gesellschaftliche Mehrwert.

## Ein wertvolles Instrument für Beratung und Coaching

Das Reiss Profile® liefert ein Persönlichkeitsprofil, das so individuell ist wie ein Fingerabdruck. Entsprechend differenziert sind die Aussagen zur individuellen Motivation, der Werthaltung und dem prognostizierbaren Verhalten.

## Einfache Durchführung - große Wirkung

Zugang zum Online-Fragebogen des Reiss-Profiles erhalten Sie über Ihren Reiss Profile® Master - ein zugesandter Link führt Sie direkt zum für Sie persönlich frei geschalteten Test. Nach einer kurzen Anleitung folgen 128 Testfragen, die Sie auf einer siebenstufigen Skala bewerten. Die Auswertung erfolgt computerunterstützt und anonym. Die Erkenntnisse aus dem individuellen Profil erläutert Ihnen der Reiss Profile® Master.

.....

Ihr Reiss Profile® Master

Harald Danzmayr | harald.danzmayr@locomotion.at

Tel. +43 676 3500001

Das Reiss Profile® wird eingesetzt in der Personalentwicklung, im Persönlichkeits-/ Motivationstraining und in der Gründer- und Paarberatung.

.....  
**Let's agree to differ.**

Dr. Steven Reiss  
.....

## 16 Lebensmotive lt. Reiss:

- . Macht
- . Unabhängigkeit
- . Neugier
- . Anerkennung
- . Ordnung
- . Sparen / Sammeln
- . Ehre
- . Idealismus
- . Beziehungen
- . Familie
- . Status
- . Rache / Kampf
- . Eros / Schönheit
- . Essen
- . Körperliche Aktivität
- . Emotionale Ruhe

LOCO+MOTION  
CONSULTING

## IMPRESSUM

Zugunsten der besseren Lesbarkeit unserer Texte verzichten wir auf die Verwendung der weiblichen Schreibweisen. Immer sind Frauen gleichermaßen angesprochen. Medieninhaber und Herausgeber: LOCOMOTION CONSULTING GMBH | Firmenbuchgericht: Landesgericht Linz, Gerichtsstand Linz | FN2556691 | UID ATU61389955 | Gewerbe-Nr. 4331 | GZ Ge10-525-1998-B Wirtschaftskammer Oberösterreich (Unternehmensberatung u. Informationstechnologie) | Behörde: Magistrat Linz | Sitz: A-4020 Linz | Römerstraße 70 | Tel. +43 3500001 | e-mail office@locomotion.at | www.locomotion.at | Geschäftsführer (handelsrechtlich & gewerberechtlich): Mag. Harald Danzmayr | Gesellschafter: Mag. Harald Danzmayr | Fotos: LOCOMOTION CONSULTING GMBH und Pfeiffer Handelsgruppe | Grundlegende Richtung: Dieses Magazin enthält Informationen über Ereignisse und Entwicklungen in der LOCOMOTION CONSULTING GMBH sowie unpolitische News aus verschiedenen Lebensbereichen; Haftungsausschluss: Es wird darauf hingewiesen, dass alle Angaben trotz sorgfältiger Bearbeitung ohne Gewähr erfolgen und die Firma von der Haftung ausgeschlossen ist. Für Detailinformationen wenden Sie sich bitte an unsere Berater.

