



Den eigenen Kompass ganz neu justieren

Im Institut für Selbstführung, Life-Coaching und Achtsamkeit (ISLA) auf Gut Landscheid lernen Seminar-Teilnehmer, sich selbst wieder mehr in den Blick zu nehmen. Und resilient und gestärkt ihren Alltag zu meistern.

Nur noch Nebel? Der Leuchtturm ist kaum erkennbar, weil der Kompass spinnt? So geht es vielen Menschen. Beruflich. Und privat. Sie haben das Gefühl, im Job nicht weiterzukommen oder gar nicht ernst genommen zu werden. Oder sie sind gerade befördert worden, ohne wirklich führen zu können. Andere fühlen sich vom Alltag überfordert, sind ständig gestresst. Oder müssen sich komplett umstellen, weil nach Jahren erfüllender Arbeit plötzlich ein ominöses Gebilde namens Ruhestand vor ihnen steht. Für diese Menschen gibt es eine Insel. Und damit eine Möglichkeit, die Sicht auf den eigenen Leuchtturm wieder zu verbessern, den Fokus wieder scharf zu stellen. Diese Insel liegt in Burscheid, mitten im Tal, mitten im Grünen. Auf Gut Landscheid.

ISLA – das ist nicht nur spanisch für Insel, es steht vor allem für die Neupositionierung des Instituts ILO als Institut für Selbstfüh-

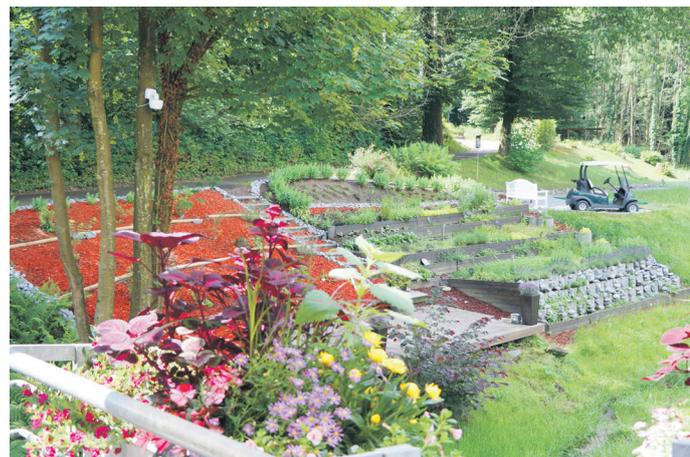
rung, Life-Coaching und Achtsamkeit. Die Partnerschaft mit der Klinik Wersbach, deren Tagesklinik ebenfalls auf Gut Landscheid beherbergt ist, macht die hohe Qualität des Angebots aus. Denn in den Seminaren, die Privatpersonen wie Unternehmen bei ISLA buchen können, ergänzen Ärzte und Therapeuten, zertifizierte Coaches und Physiotherapeuten, Psychologen und Sportwissenschaftler einander optimal. Weil sie den entsprechenden wissenschaftlichen Hintergrund mitbringen.

Wobei ganz klar ist: Es geht im Institut nicht um die Behandlung bereits seelisch kranker Menschen. Sondern um die Stärkung jener, bei denen unter Umständen ein Burn-out droht. Die das Immunsystem ihrer Seele stärken wollen, also resilienter werden gegen die vielen Unbilden des Alltags. Insgesamt umfassen die ISLA-Seminare auf Gut Landscheid, bei denen auch regelmäßig



renommierte externe Referenten zu Gast sind, vier Themenfelder: gesunde Selbstführung, Gesundheit in Beruf und Alltag, Führung und Erfolg sowie individuelles Coaching für Leben, Business oder Leistungssport. Mental stärker werden, den eigenen Stärken vertrauen – darum geht es genauso wie um eine gesündere Ernährung und eine ausgewogene Lebensführung. Das ISLA-Angebot ist sehr individuell. Von eintägigen, eigens konzipierten Seminaren zum Beispiel für mehrere Mitarbeiter einer Abteilung reicht es bis zum mehrtägigen Einzelcoaching, bei dem die Vergangenheit des Klienten aufgearbeitet und eine Perspektive für die Zukunft entwickelt wird.

Vieles ist möglich, auch, weil die einzigartige Location so viel bietet: Der mehrfach modernisierte und erweiterte einstige Rittersitz aus dem 14. Jahrhundert bietet nicht nur höchsten Komfort durch bestens ausgestattete Zimmer, Seminarräume und eine hervorragende Küche im hauseigenen Restaurant. Sondern es gibt dort auch ein großes Gesundheits- und Sportangebot, welches Wandern ebenso umfasst wie Golfen und Bogenschießen. All das in einer grünen Umgebung, in der man sich nicht nur fallen lassen kann,



Inmitten idyllischer Natur liegt das Gut Landscheid. Das Tagungshotel überzeugt mit bester Ausstattung von Zimmern und Seminarräumen sowie einer hervorragenden Küche. Der perfekte Ort, den eigenen Kompass neu auszurichten.

Alle Fotos: Sandra Jühr



Ihre Gesundheit in guten Händen

Hohe Fachkompetenz · Internationale Standards · Persönliche Betreuung

- ✓ Lungenkrebszentrum
- ✓ Beatmungsmedizin
- ✓ Schlafmedizin
- ✓ Solinger Konzept



**Lungenkrebszentrum
Uniklinik Köln · Solingen**
Kompetent gemeinsam
gegen den Krebs



Atmen ist Leben.

Die Fachklinik für alle Bereiche der Lungenheilkunde
mit modernen Diagnostik- und Therapieverfahren





*Wünschen Sie weitere Informationen?
Wir sind gerne für Sie da!*

Krankenhaus Bethanien · Aufderhöher Straße 169-175 · 42699 Solingen
Fon 0212 63-00 · mail@klinik-bethanien.de · www.klinik-bethanien.de



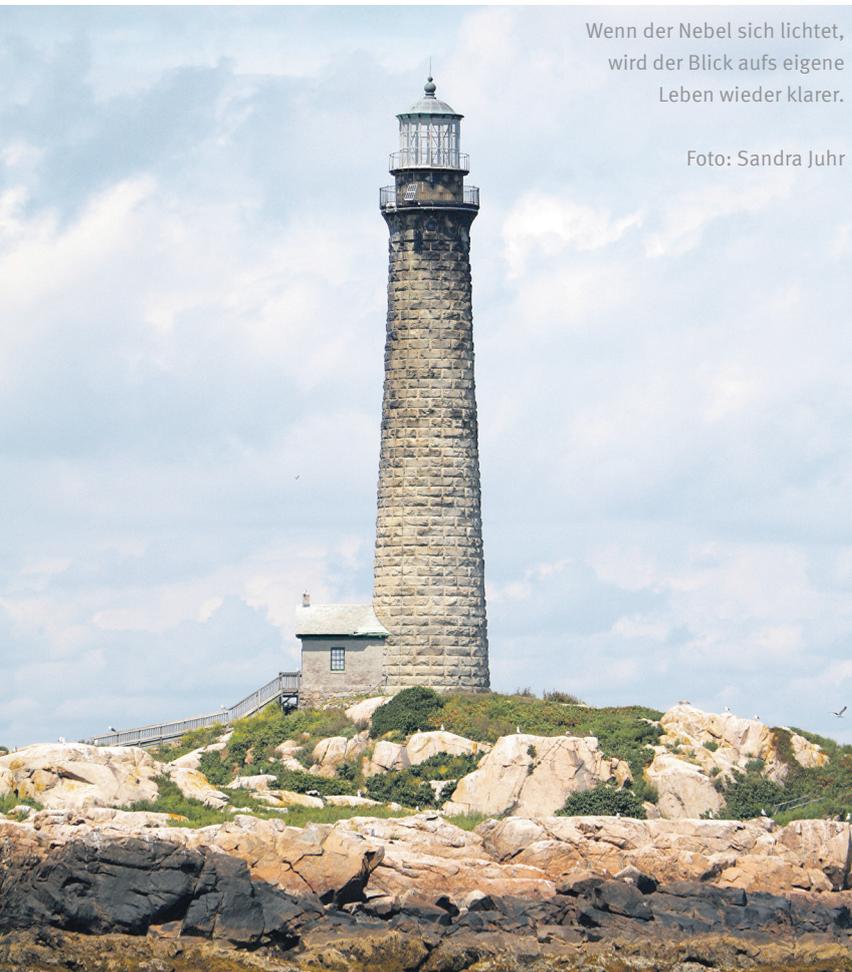
sondern zu sich selbst finden soll. Das kann und darf gleichsam aber auch dazu führen, die eigene Komfortzone einmal zu verlassen und sich selbst, seinen Lebensstil, seine Ideen, Pläne und Sichtweisen zu reflektieren, zu überdenken.

Das ist besonders für jene Menschen wertvoll, denen die Veränderungen der Gesellschaft, auch durch die Digitalisierung, immer schneller, ja zu schnell erscheint. Ebenso für jene, die glauben, beruflich wie privat fremdgesteuert zu sein, wenig verändern zu können. Sie lernen in den Workshops und Seminaren auch Ja zu sagen zum Nein. Sie erfahren, dass es eben doch jeder Einzelne ist, der sein Leben in die Hand nehmen und es verändern kann.

In der Idylle des Burscheider Tales widmet sich so mancher Teilnehmer nach einem Seminar zudem auch ganz bewusst einer



Tätigkeit, die er schon länger nicht mehr ausgeübt hat: dem Nichtstun. Und gewinnt eben dadurch wieder eine ganz neue Motivation, sein Leben anders zu ordnen. Achtsamer zu leben. Weil auf der ISLA-Insel der Ruhe der eigene Kompass ganz neu ausgerichtet wird.



Wenn der Nebel sich lichtet,
wird der Blick aufs eigene
Leben wieder klarer.

Foto: Sandra Juhr

» auf den punkt

• **Das ISLA, Institut für Selbstführung, Life-Coaching und Achtsamkeit auf Gut Landscheid in Burscheid, bietet eine Vielzahl von Seminaren für Privatpersonen und Unternehmen an. Die Seminare umfassen die Themenbereiche: Gesunde Selbstführung, Gesundheit in Beruf und Alltag, Führung und Erfolg, Incentives und Teambuilding, individuelles Coaching.**

» imPULSe

www.isla-landscheid.de
www.klinik-wersbach.de
www.gut-landscheid.de
Eine Übersicht der ISLA-Seminartermine finden Sie auf www.puls-gesundheitsmagazin.de/seminare
Anmeldung: info@isla-landscheid.de