



## Fröhliche Weihnachten

Sehr geehrte Damen und Herren,

Weihnachten steht vor der Tür und das Jahr neigt sich dem Ende zu. Wir sagen DANKE für Ihr entgegengebrachtes Vertrauen.

Meist ist die „besinnliche“ Vorweihnachtszeit geprägt von Stress und Terminen: Weihnachtsfeiern, Geschenke für die Lieben besorgen, und und und

Häufig tun wir uns schwer, das richtige Geschenk zu finden in einer derart von Konsum und Wohlstand geprägten Zeit. Eine kleine Geste der Wertschätzung oder Dankbarkeit hat oft einen viel höheren Wert als teure Geschenke.

Wir im Team „murmeln“. Wann immer jemand etwas gut gemacht hat, wann immer etwas aner kennenswürdig ist, verschenken wir eine Murmel, die ein Symbol für Wertschätzung, Anerkennung und Dankbarkeit darstellt. Auf jedem Schreibtisch steht ein „Murmelglas“. Dabei geht es nicht darum, Murmeln zu sammeln und möglichst viele in seinem Glas zu "horten". Noch größere Freude als eine Murmel zu bekommen, macht es, einem Kollegen oder einem Geschäftspartner eine Murmel zu überreichen. Die Achtsamkeit auf die wirklich wichtigen Dinge wird dadurch geschärft.



### Wir im Team "murmeln"

Vielleicht möchten Sie diese kleine Geste mit in die Feiertage nehmen und ganz bewusst „Danke“ sagen oder „Das hast du klasse gemacht“, den Menschen, die Ihnen nahe stehen und Ihnen besonders wichtig sind. Sie werden überrascht sein, wie so eine kleine „Murmel“ oder so ein kleiner „Schusser“ (wie wir in Bayern zu sagen pflegen), Augen zum Funkeln bringt und ein breites Lächeln auf das Gesicht des Gegenübers zaubert.

Mir ist ein Gedicht in die Hände gefallen, das ich dazu sehr passend finde:

*Manche Menschen wissen nicht, wie wichtig es ist, dass sie da sind.  
Manche Menschen wissen nicht, wie gut es ist, sie nur zu sehen.  
Manche Menschen wissen nicht, wie tröstlich ihr Lächeln wirkt.  
Manche Menschen wissen nicht, wie wohltuend ihre Nähe ist.  
Manche Menschen wissen nicht, wie viel ärmer wir ohne sie wären.  
Manche Menschen wissen nicht, dass sie ein Geschenk des Himmels sind.  
Sie wüssten es, würden wir es ihnen sagen.  
(Petrus Ceelen)*

In diesem Sinne wünschen wir Ihnen ein besinnliches und friedliches Weihnachtsfest und einen guten Start ins neue Jahr.

Unser Programm für 2014 ist nun [online](#). Wir konnten neue, klasse Referenten hinzugewinnen. Wir freuen uns über Ihr Interesse und auf viele wertvolle Begegnungen im neuen Jahr.

Mit herzlichen Grüßen

*E. Schmid*

## Vorschau auf 2014

---

### Finissage der Ausstellung von Hermann Rudolf Schwab

Seit September 2013 stellt der [Regensburger Künstler Hermann Rudolf Schwab](#) seine Bilder und Kunstwerke in den Räumen der Professor Wühr und Simmel Gesundheits MANAGEMENT Systeme und der [Praxisgemeinschaft für Systemische Medizin PraSyMed](#) aus.

Falls Sie kurzfristig noch ein besonderes Geschenk suchen, können Sie gerne vorbeikommen und die Bilder von Herrn Schwab besichtigen.

Am **30. Januar 2014 endet die Ausstellung mit einer Finissage**, zu der wir Sie ganz herzlich einladen möchten. Beginn ist um 19.00 Uhr. Anmeldung erwünscht.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

---

### Termine und Themen der GMS Akademie

**22.01.2014:** Vortrag "[Zeitmanagement hat mit Zeit so viel zu tun, wie Zitronenfalter mit Zitronen!](#)"  
mit Dipl.-Psych. Martin Simmel

**12.02.2014:** Vortrag "[StimmCOACHING. Sagen, was man meint und meinen, was man sagt!](#)"  
mit Kia Böck, Trainerin und StimmCoach

**19.02.2014:** Seminar "[Zeitmanagement hat mit Zeit so viel zu tun, wie Zitronenfalter mit Zitronen!](#)"  
mit Dipl.-Psych. Martin Simmel

**12.03.2014:** [Expertengespräche "Gefährdungsbeurteilung Psychischer Belastungsfaktoren am Arbeitsplatz"](#)  
mit Dipl.-Psych. Ulrich Hößler, Prof. Dr. Ingo Striepling und Dipl.-Psych. Martin Simmel

**21.03.2014:** Seminar "[EQ<sup>2</sup> Emotionale Intelligenz - Grundlagen für ein erfolgreiches Privat- und Berufsleben!](#)"  
mit Dipl.-Psych. Martin Simmel

**24.03.2014:** Vortrag "[Burnout \(k\)ein Thema! Wie aus Machern langsam aber sicher Zuschauer werden!](#)"  
mit Dipl.-Psych. Martin Simmel

**26.03.2014:** Seminar "[StimmCOACHING - Veränderungen für Kopf und Körper](#)"  
mit Kia Böck, Trainerin und StimmCoach

**31.03.2014:** Seminar "[Betriebliches Gesundheits MANAGEMENT mit System](#)"  
mit Prof. Dr. Erich Wühr und Dipl.-Psych. Martin Simmel

**02.04.2014:** Seminar "[Stressmanagementtraining mit System](#)"  
mit Dipl.-Psych. Martin Simmel

**29.04.2014:** Vortrag "[Mentaltraining - Erfolg, Zufriedenheit und Leistungsvermögen beginnen im Kopf. Egal ob im Sport, Beruf oder Alltag!](#)"  
mit Achim Müller, Personalreferent und Leistungssportler, und Dipl.-Psych. Martin Simmel

**07.05.2014:** Vortrag "[Werteorientierte Führung. Unternehmenswelten schaffen, denen ich und andere gerne zugehören wollen!](#)"  
mit Dipl.-Psych. Martin Simmel

**14.05.2014:** Workshop "[Das hätte ich so nicht gedacht! Woran erkenne ich Belastung und Überlastung bei meinen Kollegen und Mitarbeitern?](#)"  
mit Dipl.-Psych. Martin Simmel

**26.05.2014:** Vortrag "[How not to get shot! Effektive Kommunikationswerkzeuge in verschiedenen betrieblichen Kontexten!](#)"  
mit Dipl.-Psych. Martin Simmel

[Alle Vorträge auf einen Blick](#)  
[Alle Seminare auf einen Blick](#)

---

## KONTAKT

Professor Wühr und Simmel  
Gesundheits MANAGEMENT  
Systeme GbR  
Bajuwarenstraße 2e  
D-93053 Regensburg  
Tel. +49 941 28 09 43 40  
E-Mail: [info@gms-institut.de](mailto:info@gms-institut.de)  
Internet: [www.gms-institut.de](http://www.gms-institut.de)

## BLEIBEN SIE IN KONTAKT



Martin Simmel



Erich Wühr

## LINKS

- ▶ [www.gms-institut.de](http://www.gms-institut.de)
  - ▶ [Kontakt](#)
  - ▶ [Impressum](#)
  - ▶ [Datenschutz](#)
-