

Leadership-Programm

Mexiko – Österreich 2019

Berufsbegleitendes Leadership-Programm mit Leadership-Reise nach Mexiko -
Schwerpunkt: Lean & Green

3 Module mit einem Gesamtumfang von 12+ Tagen in einem Zeitraum von
14 Monaten (inklusive 7-tägiger Leadership-Reise nach Mexiko)

Leitung: Mag. Matthias Eckert (Karmalaya) &
DI Friedl Sobota (Coach)



AUSTRIAN
DEVELOPMENT
AGENCY



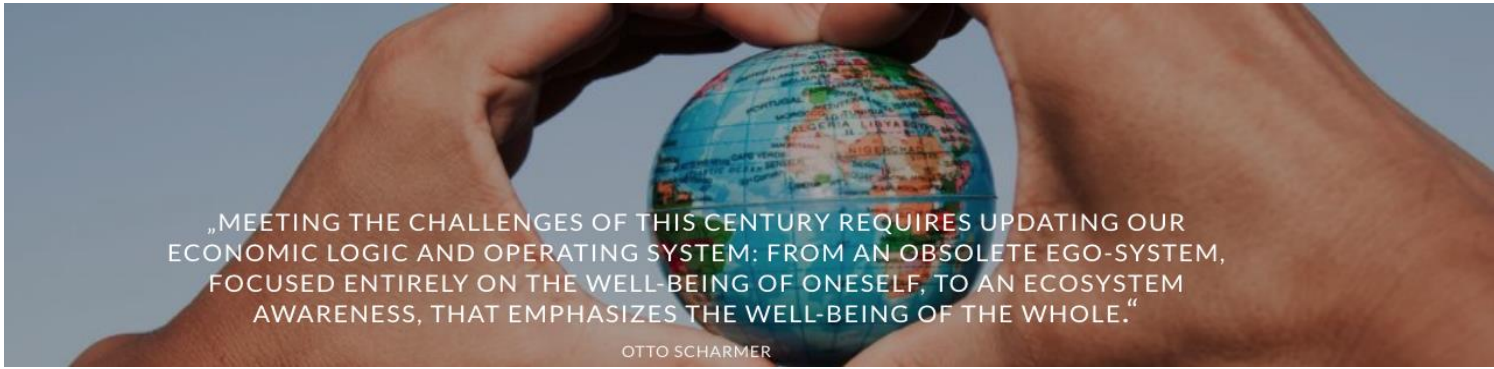
Trigon

Entwicklungsberatung



MINDFUL LEADERSHIP INSTITUT





„MEETING THE CHALLENGES OF THIS CENTURY REQUIRES UPDATING OUR ECONOMIC LOGIC AND OPERATING SYSTEM: FROM AN OBSOLETE EGO-SYSTEM, FOCUSED ENTIRELY ON THE WELL-BEING OF ONESELF, TO AN ECOSYSTEM AWARENESS, THAT EMPHASIZES THE WELL-BEING OF THE WHOLE.“

OTTO SCHARMER

Zielsetzung

Das Leadership-Programm verbindet innovativ Selbstentwicklung mit Entwicklungshilfe.

Im Fokus steht die Weiterentwicklung der eigenen (Führungs-)Persönlichkeit. Im Rahmen der Journey und des Leadership-Programms werden auf völlig neue Art und Weise eigene Führungsprinzipien und „blind spots“ reflektiert. Anhand des anschließenden Mentoring-Cases werden die eigenen Führungsqualitäten zudem praxisorientiert erprobt.

Die Teilnehmer erwerben Kompetenzen um:

- ✓ sich selbst und andere im steten Wandel zu managen
- ✓ Leistungsfähigkeit nachhaltig zu erhalten
- ✓ in eine authentische und inspirierende Vorbildrolle als Führungskraft einzutauchen
- ✓ ihr Führungshandwerkszeug zu hinterfragen und weiterzuentwickeln
- ✓ ein Real Business co-creativ weiterzuentwickeln

Schwerpunkt: Lean & Green

Lean Management zielt als Führungs- und Organisationskonzept darauf ab, in allen Bereichen jede Form von Verschwendung, Fehlern und unnötigen Kosten zu vermeiden und gleichzeitig bestmögliche Qualität zu gewährleisten. Neben dem Verbessern der Unternehmensprozesse wird dabei vor allem der Faktor Mensch in den Mittelpunkt gestellt. Es gilt das Motto: „Befähigen statt befehlen“, womit jede(r) Einzelne für den Gesamterfolg Verantwortung übernimmt.

Lean Leadership bedeutet für Führungskräfte, dass sie ihr eigenes Handeln reflektieren und optimieren und so die Potentiale ihrer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter entdecken und deren Entfaltung aktiv unterstützen.

Lean Leadership unterstützt damit ideal eine „grüne“ Orientierung, die den Fokus auf Nachhaltigkeit, verantwortungsvolle Ressourcennutzung und gesunde Entwicklungen richtet und dabei die universelle Verbundenheit und gegenseitige Abhängigkeit aller Lebewesen und Ökosysteme berücksichtigt. „Lean & Green“ beschreibt damit einen Weg zu zukunftsfähigen Lösungen für die akuten Probleme unserer Zeit – ganz im Sinne von Otto Scharmers „From Ego-System-Awareness to Eco-System Awareness“.

In einer riesigen Stadt wie Mexico City und ihrem Umfeld sind die akuten Probleme ungehemmten Wachstums hautnah zu erleben. Gleichzeitig entstehen unzählige Initiativen und Projekte, die - lean & green - für all diese Probleme kreative und innovative Lösungen entwickeln.

Methoden

Der Lehrgang lebt von den Erfahrungen jedes Einzelnen und der Gruppe.

- ✓ Erfahrungslernen durch die Leadership-Reise nach Mexiko & gezielte Übungen
- ✓ Mindfulness Praxis
- ✓ Peek Experience
- ✓ Power Presentations
- ✓ Pro Action Cafe
- ✓ Learning Journeys und Stakeholder Interviews
- ✓ Mentoring Partnerschaft
- ✓ Peer Gruppen Treffen
- ✓ Eigene Reflexion und Journaling
- ✓ Freiwilligenarbeit

Inhalte

Modul 1: Vorbereitung + Pre-Departure-Briefing

- Auftakt-Workshop in Salzburg
- Individuelles Leadership-Coaching (Skype oder persönlich in Wien) mit DI Friedl Sobota (Coach): Standortbestimmung, Zielklärung und Coachingvereinbarung

Modul 2: Vor Ort-Experience in Mexiko

- Leadership-Reise nach Mexiko* mit:
 - individuellem Coaching
 - Gruppen-Sessions zu Themen wie Communication, Problem-Solving, Innovation
 - Mindfulness
 - Freiwilligenarbeit
 - Networking
 - Workation
 - Adventure & Inspiration

**interkulturell gemischte Gruppe: bis zu 10 westliche Führungskräfte gemeinsam mit 10 innovativen, mexikanischen Sozialunternehmern.*

Modul 3 (Mentoring und Abschluss)

- 1:1-Begleitung eines Sozialunternehmers durch die Führungskraft (Skype)
- Peer-Gruppen-Treffen mit den anderen westlichen Führungskräften
- Finalisierung des Praxisprojekts (*3-5 Seiten Reflexion über die eigene Entwicklung der Führungspersönlichkeit und die Ergebnisse im Mentoring-Case*)
- Abschluss-Event in Salzburg



Teilnehmerkreis

Der Lehrgang richtet sich an:

- Menschen die Verantwortung tragen (Bspw. Führungskräfte, Nachwuchsführungskräfte, etc.)
- Menschen, die Veränderung begleiten (Bspw. Projektleiter, etc.)
- Menschen, die unternehmerisch als Mentor eines Sozial-Unternehmers in einem Entwicklungsland einen Beitrag leisten wollen

Eine Gruppengröße von maximal 10 Teilnehmenden gewährleistet individuelle Lernmöglichkeiten in einem hochkarätigen Umfeld.

Orientierungsgespräch mit der Lehrgangsführung

Ein telefonisches Gespräch dient der Klärung der Voraussetzungen.

Teilnahmebedingungen

Sowohl für die Leadership-Reise als auch das 1-jährige Mentoring bedarf es bestimmter Vorkenntnisse und Kompetenzen:

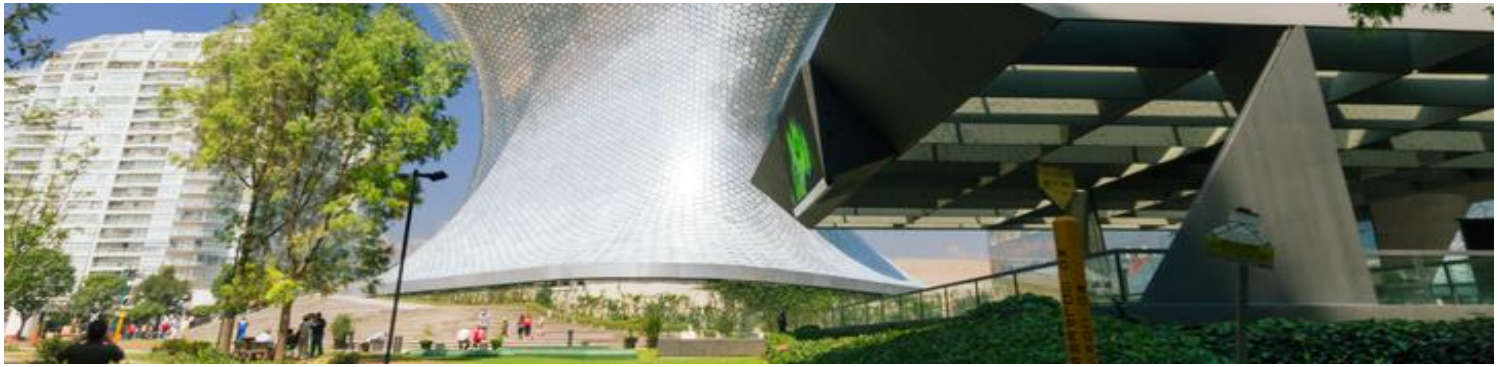
- Flexibilität und Offenheit fürs voneinander Lernen gehören zu den Eigenschaften der Teilnehmer genauso wie die Bereitschaft, sich selbst außerhalb der Komfortzone zu reflektieren.
- Sehr gute Englischkenntnisse werden vorausgesetzt sowie
- Berufserfahrung von mindestens 5 Jahren – idealerweise Führungserfahrung in einer Linien-, Matrix- oder Projektorganisation.
- Interkulturelle Kompetenz und Freude am interkulturellen Austausch ist bereits vorhanden und/oder es ist ein persönliches Ziel dies zu stärken bzw. auszubauen.
- Bereitschaft mindestens 2-4 Stunden pro Monat für den Mentoring-Prozess (im Anschluss an die Leadership-Reise) zur Verfügung zu stellen – über einen Zeitraum von 12 Monaten.



Ablauf & Termine

Modul	Termin	Ort	Leitung Begleitung
Orientierungsgespräch	Flexibel	Salzburg oder Skype	Mag. Matthias Eckert (Karmalaya)
Auftaktworkshop	25.10.2019	Salzburg	Mag. Matthias Eckert (Karmalaya), DI Friedl Sobota (Coach), Mag. Johannes Narbeshuber, MBA (Trigon-Coach)
Individuelles Leadership-Coaching (1h)	Zwischen 28.10.2019 und 20.11.2019	Wien oder Skype	DI Friedl Sobota (Coach)
Leadership-Reise Mexiko	23.11.2019 – 30.11.2019	Mexiko	Mag. Matthias Eckert (Karmalaya), DI Friedl Sobota (Coach), Fernanda-Ramírez-Castillo (MakeSense Mexico)
Individuelles Mentoring-Projekt & Peer-Gruppe	02.12.2019 – 02.12.2020	Skype	Mag. Matthias Eckert (Karmalaya), Fernanda-Ramírez-Castillo (MakeSense Mexico), DI Friedl Sobota (Coach)
Individuelles Coaching (2h)	02.12.2019-02.12.2020	Wien oder Skype	DI Friedl Sobota (Coach)
Abschluss-Event	Winter 2020	Salzburg	Mag. Matthias Eckert (Karmalaya), DI Friedl Sobota (Coach), Mag. Johannes Narbeshuber, MBA (Trigon-Coach)

Während des Leadership-Programms können alle Teilnehmer auf einen Karmalaya-Workspace zugreifen, der den Austausch untereinander ermöglicht, Seminarplattform ist und über den Coaching-und Peer-Gruppen-Prozesse organisiert werden können.



Ihre Investition

€ 3.570,- „My Leadership Mexiko“ - Pilotpreis für Leadership-Programm 2019 oder
€ 4.570,- „You + Me Leadership Mexiko“* - Pilotpreis für Leadership-Programm 2019

Zahlbar mit Rechnungsstellung. Alle Beträge inklusive Umsatzsteuer.

Alle Gewinne werden von der Karmalaya gGmbH in die Unterstützung von Sozialunternehmen und Projekte in Entwicklungsländern investiert.

*Soziales Upgrade: You & Me Leadership

Dieses Leadership-Programm ist nicht nur ein Programm zur eigenen persönlichen und beruflichen) Weiterentwicklung, sondern vor allem auch ein Entwicklungsprojekt.

Das inkludierte Mentoren-Programm zielt auf die Kapazitätenentwicklung von Social Entrepreneurs in Entwicklungs- und Schwellenländern ab und wird in der Aufbauphase von der Österreichischen Entwicklungshilfeagentur ADA gefördert und unterstützt.

Der Erhalt und die Weiterentwicklung des Projekts werden aus den Einnahmen der Geschäftstätigkeit gedeckt. Für die Stipendien-Finanzierung der Sozialunternehmer, für die die Teilnahme am Leadership-Programm völlig kostenlos sein soll, suchen wir jeweils Förderer. Durch die Buchung eines „sozialen Upgrades“ können Sie für Ihren Mentee diese Förder-Rolle übernehmen.

YOU + ME LEADERSHIP

Die Kosten für das „soziale Upgrade“ betragen € 1.000,-

Darin enthalten sind:

+ 500 Euro Social Entrepreneur-Stipendium = Huckepack-Unterstützung für Ihren Mentee, einen Sozialunternehmer aus Mexiko. Unkostenbeitrag zur kostenlosen Teilnahme des Mentees an der Leadership-Reise (Unterkunft, Verpflegung, etc.).

+ 500 Euro Social Business Investment = Anschubfinanzierung für das Business Ihres Mentees, die nach Abschluss des 12-monatigen Programms ausbezahlt wird.

Stornobedingungen

Bei Stornierung nach mehr als 2 Wochen nach der Buchung werden € 500 Euro für die Bearbeitung verrechnet. Bei Stornierung innerhalb von 3 Monaten vor Beginn des Leadership-Programms werden 50% des Teilnahmebetrages und bei Stornierung innerhalb von 2 Monaten werden 100% des Teilnahmebetrages verrechnet.



Inkludierte Leistungen:

VOR DER ABREISE:

- ✓ Orientierungsgespräch
- ✓ Individuelles Matching: Teilnehmer-Mentee (Sozialunternehmer aus Mexiko)
- ✓ Zugang zu Karmalaya-Workspace
- ✓ Reisevorbereitung (Unterlagen, Telefonat, ggf. Skype)
- ✓ ganztägiger Auftakt-Workshop in Salzburg
- ✓ individuelles Einzelcoaching zur persönlichen Coaching-Zielklärung mit DI Friedl Sobota (45-60 Minuten; Skype oder persönlich in Wien)

WÄHREND DER LEADERSHIP-REISE

- ✓ Transfer vom/zum Flughafen Mexico City + alle Transfers lt. Programm
- ✓ Unterkunft und Verpflegung während des Aufenthalts lt. Programm
- ✓ Begleitung durch deutsch- und englischsprachige Projektleiter: Karmalaya-Co-Founder Matthias Eckert und MakeSense Mexico-Gründerin Fernanda-Ramírez-Castillo
- ✓ Begleitung durch deutsch-/und englischsprachige Coach DI Friedl Sobota (*Info: gemeinsame Workshops und generelle Programmführung in Mexiko aufgrund der interkulturell gemischten Gruppe auf Englisch*)
- ✓ Programmpunkte, Workshops und Coaching lt. Programmbeschreibung
- ✓ Auf Wunsch: gratis lokale SIM-Karte für Ihr Handy
- ✓ Karmalaya-T-Shirt

NACH DER REISE

- ✓ 2 Folge-Coachings á 45 Minuten mit DI Friedl Sobota (via Skype oder persönlich in Wien)
- ✓ Begleitung und Support für die Dauer des Leadership-Programms durch Karmalaya
- ✓ Abschluss-Event in Salzburg
- ✓ Abschluss-Zertifikat

EXKLUSIVE

- Hin- und Rückflug, Reiseversicherung, Impfungen, Visumgebühr und persönliche Ausgaben



7 DAYS OUTSIDE THE BOX

Programm Leadership-Reise

Theorie U

Das Leadership Programm und die -Journey basieren auf dem Rahmenwerk der Theorie U von C. Otto Scharmer. Dieses beschreibt Veränderungen in Gesellschaft, Wirtschaft und dem Selbst. Die Theorie U bietet auch konkrete Tools, wie derartige Veränderungen nachhaltig gestaltet werden können. Dabei geht es insbesondere darum, nicht den erstbesten analytischen Lösungsansatz „blind“ zu verfolgen, sondern sich auch mit anderen Perspektiven, der eigenen Wahrnehmung und Intuition sowie der eigenen Motivation, den eigenen Absichten und Antreibern ehrlich und vorurteilsfrei auseinander zu setzen. Erfahrungsgemäß entstehen dadurch Lösungen, die authentisch, sinnerfüllt und neuen Gegebenheiten flexibel anpassbar sind.

Das Leadership-Programm ermöglicht die Stationen des „U's“ zu erleben und dadurch unterschiedliche Facetten der eigenen persönlichen und beruflichen Herausforderungen zu reflektieren. Gleichzeitig erprobt man die eigenen Führungsqualitäten ganz praxisorientiert anhand eines konkreten Mentoring-Case.

Die ausgewählten Mentees (Sozialunternehmer) ermöglichen Teilnehmern zudem für mindestens ein Jahr ein Teil ihres Unternehmens zu werden und zu spüren, wie es sich anfühlt, sinnerfülltes Arbeiten zu leben, einen gesellschaftlichen Beitrag zu leisten.

Tag 1, Sa, 23.11.2019: Ankunft & Kennenlernen – GETTING IN TOUCH

Individuelle Ankunft. Bitte wähle einen Flug, der bis spätestens 12 Uhr mittags in Mexico City ankommt. Landung auf 2.200 Metern über dem Meer. Mexico City liegt auf einer Hochebene – flankiert von Bergen und Vulkanen. Eine beeindruckende Stadt voller Gegensätze. Am Flughafen von Mexico City wirst du von unserem Team abgeholt. Bienvenidos!

Wir fahren ins Viertel Roma – hier halten sich die Hipster von Mexico City am liebsten auf. Auch unser Leadership-Partner "Makesense Mexico" hat hier seinen Sitz. Wer durch dieses Szeneviertel läuft, entdeckt an jeder Ecke stylische Restaurants, hippe Kaffee-Bars, Superfood-Cafés, winzige Bäckereien, Pop-up-Galerien oder kreativ gestaltete Boutiquen. Zwischen Art Déco-Gebäuden, Parks und bunt gestrichenen Fassaden versprühen die Menschen und Orte einen entspannten Bohemian-Spirit. Je nach Ankunftszeit steht dir der Tag/Nachmittag zur freien Verfügung – ankommen, akklimatisieren, mexikanische Luft schnuppern.

Erst am frühen Abend gibt es den ersten offiziellen Programmpunkt unserer Leadership-Reise, das erste offizielle Kennenlernen. Was für eine bunte Truppe! Bis zu 10 westliche Teilnehmer – Führungskräfte, Experten, Weltveränderer – und bis zu 10 mexikanische Sozialunternehmer. Um euch geht es. Und darum, dass ihr euch (selbst und einander) auf dieser Reise kennenlernen und einzustimmen auf das bevorstehende Abenteuer. Schließlich ist die Reise nur der Anfang – gefolgt von einer 1-jährigen 1:1-Lernpartnerschaft (Mentoring).

Karmalaya-Co-Founder Matthias Eckert, Makesense Mexico-Managerin Fernanda-Ramírez-Castillo und Coach DI Friedl Sobota führen durch den Abend und "spinnen" erste Netze. Nach einem allerersten "Mindful-Check-In" begeben wir gemeinsam unseren ca. 2-stündigen Auftakt-Workshop – heute geht es vor allem darum, uns besser kennenzulernen und einzustimmen auf das bevorstehende Abenteuer. Neben der Vorstellung weiterer Achtsamkeitselemente und einem Input zu unserem Fokusthema "Lean & Green", führt uns unser Coach auch nochmals durch das "U" der Reise:

- Seeing – open mind
- Sensing – open heart
- Letting go – open will

- Presencing –retreat & reflect
- Letting come – cristallizing
- Enacting - prototyping

Hintergrund-Info: Das Leadership Programm und die -Journey basieren auf dem Rahmenwerk der "Theorie U" von C. Otto Scharmer. Dieses beschreibt Veränderungen in Gesellschaft, Wirtschaft und dem Selbst. Die Theorie U bietet auch konkrete Tools, wie derartige Veränderungen nachhaltig gestaltet werden können – einige werden wir auf unserer Reise ganz praxisnah kennenlernen.

Tagesthema: Getting in touch. Kennenlernen der Gruppe, der Begleiterinnen und Begleiter auf der Lernreise, Anfängergeist wecken, Vertrauen aufbauen.
 Unterkunft: Hotel in Mexico City | Verpflegung: -/-/A
Networking | Mindfulness | Coaching

Tag 2, So, 24.11.2019: Start-ups in Mexico City – SEEING | OPEN MIND

Optional: 30-minütige Early Morning Practice – Sitting Meditation

Das erste Mal aufwachen in Mexiko. Mexico City! Im Zentrum der Metropole begegnet uns eine bunte Mischung aus den Klängen der Mariachi-Musik, lebendigen Marktszenen, den Spuren der aztekischen Vergangenheit und einer super-innovativen Startup-Szene.

Beim Morgen-Workshop, nach dem Frühstück, bereitet unser Coach DI Friedl Sobota uns auf den Tag & unser Tagesthema vor: "Seeing – Open mind". Dabei erklärt er u.a. was "open mind" und "Anfängergeist" bedeutet und wie wir diese Kompetenzen gezielt schulen. Warum ist das wichtig?
 Achtsamkeits-Guru Jon Kabat-Zinn bezieht sich dazu auf den Buddhismus und sagt folgendes:

„Man soll nichts als ‚ich‘, ‚mich‘ oder ‚mein‘ verstehen und daran festhalten. Es geht vor allem um das Loslassen von fixen Ideen über uns selbst und vor allem darüber, wer wir sind. Jeder Mensch identifiziert sich mit Dingen, die er zu haben glaubt. Abgesehen von materiellen Dingen können das sein Körper, seine Werte, seine Beziehungen, seine Erwartungen, was geschehen soll, und vieles mehr sein. Diese Dinge können alle wertvoll sein, dennoch sollte man nicht unbedingt daran festhalten. Sie könnten im Wege stehen, den Moment wahrzunehmen.“

Den Moment wahrnehmen. Mexiko wahrnehmen. Meine Mitreisenden wahrnehmen. Vorurteilsfrei. Darum geht es (heute und auf unserer gesamten Reise). Wir werden daher lernen, diese Kompetenz zu schulen. Wahrnehmen, ohne die Wahrnehmung sofort zu bewerten. Wir versuchen heute alle aus der Position eines nicht urteilenden Beobachters in Ruhe zu betrachten. Als würde man die Dinge nicht kennen. Und im Grunde kennen wir sie ja auch nicht, oder? Mit diesem "Anfänger-Geist" erschließt sich uns ein ganz neues Wissen und ganz neue Erfahrungen.

Der "Anfänger-Geist" wird in diesem Sinne die Hintergrundmelodie unseres spannenden Tagesprogramms sein: sei es beim Sightseeing, beim Mittagessen (Mindful Lunch) oder bei den Unternehmensbesuchen. Letztere sind das große Highlight des Tages: wir lernen die mexikanische Hälfte unserer Gruppe bei den Besuchen hautnah kennen, die Philosophie und den Impact ihrer innovativen Social Enterprises. Da wir sie in ihrem eigenen Kontext antreffen, können wir besonders viel lernen – nur schon durch die einfache Beobachtung von all dem, was rund herum läuft. Nimm alles, was du siehst, als Ausgangslage für Fragen, die dir helfen, noch mehr über das wirkliche Leben und den Kontext der Mentees zu lernen. Lass dabei alle (Vor-)Urteile außen vor und gib Anerkennung und Neugierde eine Chance – das Motto ist: beobachten, beobachten, beobachten.

Zudem begleiten und führen uns "Purposeful Stops" durch den Tag: Being present – wahrnehmen, was in diesem Moment da ist: Sinneswahrnehmungen, Gefühle, Gedanken – Kurzes Sharing.

Achtsamkeitsbasierter Networking-Abend mit mexikanischen Startups und spannenden Persönlichkeiten.

Tagesthema: Seeing – open mind. Mit einem „offenen Geist“ den Tag erleben. Wahrnehmen und sammeln, was auffällig anders, inspirierend, irritierend, kontroversiell ist. Welche Impulse erhalte ich persönlich aus diesen Beobachtungen?
 Unterkunft: Hotel in Mexico City | Verpflegung: F/-/A
Mindfulness | Networking | Coaching

Tag 3, Mo, 25.11.2019: Xochimilco – SENSING | OPEN HEART

Optional: 30-minütige Early Morning Practice – Body Scan

Ein neuer Tag in Mexico City. Und eine völlig neue Facette von Mexico City. Ganz im Süden, in Xochimilco, erinnert ein Netz aus Kanälen, die von Gartenanlagen gesäumt werden, an das präkolumbianische Erbe der Stadt. Die nach wie vor genutzten "schwimmenden Gärten" sind Überbleibsel der "chinampas", des fruchtbaren Landes, auf dem die indigene Bevölkerung ihre Lebensmittel anpflanzte. Die chinampas sollten sich später zur wirtschaftlichen Grundlage des Aztekenreichs entwickeln. Die als Unesco-Weltkulturerbe gelisteten Anbauflächen sind eine uralte Form städtischer Landwirtschaft, neudeutsch Urban Gardening. Und heute zudem das grüne Herz der Megacity. Nach wie vor wird hier nachhaltig und ökologisch produziert.

Bevor wir aufbrechen, stimmt uns unser Coach DI Friedl Sobota mit einem Kurz-Workshop (ca. 45 Minuten) auf den Tag und das Tagesthema "Seeing – Open Heart" ein:

- Mindful Check In
- Input: 4 Levels of Listening
- Aufgabenstellung für die Mentoring-Tandems: Purposeful Pauses during the day – listening and sharing

Wir fahren los. Bleiben stehen. Fahren weiter. Bleiben stehen. Nur langsam lichtet sich der dichte Verkehr, der tagtäglich die Straßen von Mexico City verstopft. Der Straßenlärm rückt immer weiter in die Ferne. Vögel zwitschern. Reiher erheben sich krächzend aus dem Wasser, das leise in den Kanälen gluckst. Sind wir noch in Mexico City? Der Megacity mit Dauerstau und dichtem Smog? Die Chinampas liegen zwar knapp 20 Kilometer vom historischen Stadtzentrum entfernt. Aber was bedeutet das schon in einer Metropolregion mit 20 Millionen Einwohnern und fast 8.000 Quadratkilometern Fläche.

Inspirierende Exkursionen zu "green projects":
Isla Urbana (Regenwasser-Aufbereitungsprojekt) und Chinampas – mit mehreren Purposeful Pauses und Freiwilligenarbeit.

Tagesabschluss nach dem Abendessen (max. 90 Minuten) – Achtsamkeit & Reflexion.

Tagesthema: Sensing – open heart. Die Sinne und das Herz öffnen, nicht nur mit dem kritischen Geist wahrnehmen, sondern hineinspüren in fremde Welten, Sichtweisen, Lebenssituationen, eigene Bewertungen und Urteile zurückstellen, kennenlernen und nutzbar machen des Fremden, Selbstreflexion und Empathie als „lean“-Kompetenzen, „green“-Projects erleben.

Unterkunft: Hotel Mexico City | Verpflegung: F/M/A

Adventure | Coaching | Mindfulness

Tag 4, Di, 26.11.2019: Izta-Popo-Nationalpark - LETTING GO | OPEN WILL

Nach den vielen Eindrücken der letzten Tage, heißt es heute: Aufbruch in die Stille der Natur. Davor und noch vor dem Frühstück gibt es einen Kurz-Workshop von unserem Coach, bei dem wir das Thema des Tages "Letting Go – Open Will" beleuchten und die Fragen für den Tag aufmachen:

- Was ist die innere Quelle meiner Energie, Inspiration, Kreativität?
- Wer bin ich, was macht mich aus?
- Was ist mein „Auftrag“, mein „Ding“?

Nach dem anschließenden Frühstück geht es für uns in Richtung der berühmten Vulkane Popocatepetl und Iztaccihuatl. Einer alten Azteken-Legende nach stellen die zwei Vulkane ein Liebespaar dar, dessen Liebe auf tragische Weise endete. Einer Lüge ihres Vaters glaubend nahm sich Iztaccihuatl das Leben, denn sie glaubte ihr Geliebter Popocatepetl sei gefallen. Als dieser seine Geliebte tot auffand, bettete er sie auf den Gipfel eines Berges und wartet der Legende nach noch heute darauf, dass sie erwacht. Aufgrund dieser Legende und der Form des Iztaccihuatls, wird dieser auch die "schlafende Frau" genannt.

Über Amecameca (ca. 1 Stunde) fahren wir durch dichte Nadelwälder 23 km hinauf zum Paso de Cortés (3.650 m), dem Eingang des Izta-Popo-Nationalparks, der malerisch zwischen den Vulkanen Iztaccihuatl und Popocatepetl liegt. Am Nachmittag haben wir Zeit, um die grandiosen Aussichten auf die 5.000 Meter hohen Vulkane mit ihren Schneegipfeln zu genießen – und neu anzukommen. Die entstandene Offenheit ermöglicht „Landebahnen“ zu schaffen, für das, was aus der Zukunft spürbar wird und entstehen will.

Unser Coach DI Friedl Sobota führt uns mit Achtsamkeitsübungen durch den Nachmittag (u.a. stilles individuelles Gehen in der Umgebung, Social Presencing Theater, Bewusstes Wahrnehmen des eigenen

Körpers).

Gemeinsamer Tagesabschluss nach dem Abendessen (max. 90 Minuten):

- Mindful Check-In
- Kurze Vorstellung „Dialog“ (Dialog-Gespräch nach David Bohm)
- Dialog in der Gruppe: „Was mich nach diesem Tag im Moment bewegt“ (Deep Listening)
- Journaling-Fragen für den Abend
- Ausblick auf den morgigen Tag.

Tagesthema: Letting go – open will. From „Doing“ to „Being“. Vom Außen nach Innen. Die Quelle der inneren Energie, Inspiration, Kreativität erkunden.

Unterkunft: Bergrefugium auf dem Paso de Cortés | Verpflegung: F/M/A

Coaching | Adventure | Mindfulness

Tag 5, Mi, 27.11.2019: Vulkanwanderung – RETREAT & REFLECT | PRESENCING

Optional: 30-minütige Early Morning Practice – Body awareness in Motion (Easy Yoga Practice)

Die Reise geht weiter – zu Fuß. Von Paso de Cortés machen wir uns auf zum Basislager "La Joya", auf rund 4.000 Höhenmetern. Einen Teil der Strecke legen wir dabei im Mentoring-Paar als "Dialog-Spaziergang" zurück. Und einen Teil als "Silent Walk".

Davor stimmen wir uns mit unserem Coach mit einem Kurz-Workshop auf den Tag ein:

- Mindful Check-In
- Thema des Tages: Presencing
- Fragen für den ganzen Tag:
 - Welche zukünftigen Entwicklungen und Veränderungen sind schon spürbar?
 - Was will in die Welt kommen?
 - Was kann mein Beitrag sein?

Wir wandern ca. 7 Kilometer durch wunderschöne Landschaft, immer den gewaltigen Popocatepetl im Rücken. Nach ca. 3 Stunden und einer zurückgelegten Höhe von ca. 300 Höhenmetern erreichen wir La Joya. Ein atemberaubender Panoramablick auf die majestätischen Vulkane erwartet uns.

Nachdem wir uns etwas ausgeruht haben, fahren wir talwärts. Wir passieren das Dörfchen Amecameca, in dem wir optional über den lebhaften Markt schlendern oder die faszinierenden Kirchenbauten bewundern können. Im benachbarten Santa Isabel Chalma liegt unser Ashram, der für die kommenden 2 Nächte unsere Basis sein wird. Der Ashram wurde 1985 von einem deutschen, in Mexiko lebenden Yogameister (seit 50 Jahren) und Holotherapeuten erbaut und wird nach wie vor von ihm und seiner Familie geführt. Holismus kommt von dem griechischen Wort holos und bedeutet wörtlich übersetzt ganz, gänzlich, vollständig. Holismus ist eine philosophische Lehre, in der sämtliche Erscheinungen des Lebens einem ganzheitlichen Prinzip zugeordnet werden. Holismus meint, den Menschen als eine Einheit aus Körper, Geist und Seele zu betrachten. Gemäß dieser Prinzipien wird der Ashram geführt.

Freizeit.

Nach einem gesunden, vegetarischen Abendessen beschließen wir den Tag mit einem Abschluss-Workshop und einem Ausblick auf den nächsten Tag.

Tagesthema: Retreat & Reflect – Presencing. Hinaus in die grandiose Natur – Inspiration durch großartige Landschaften, die so ewig und unzerstörbar scheinen und doch permanent in Veränderung sind. Den gegenwärtigen Moment bewusst erleben, sich innerlich leer und empfänglich machen, Inspirationen erspüren für neue Impulse.

Unterkunft: Ashram | Verpflegung: F/M/A

Adventure | Mindfulness | Coaching

Tag 6, Do, 28.11.2019: Workation im Ashram – LETTING COME | CRYSTALLIZING

Optional: 30-minütige Early Morning Practice – Wheel of Awareness

Heute verbringen wir den Tag in unserem Ashram. Wir genießen die Atmosphäre und Idylle hier – und arbeiten. Das ist es, was eine "Workation" (work + vacation) ausmacht: Arbeiten, wo andere Urlaub machen. Es wartet ein abwechslungsreicher Coaching-Workshop-Tag, an dem wir gemeinsam neue Perspektiven und Lösungsansätze entwickeln.

Themen & Methoden am Vormittag – Vorbereitung:

- Mindful Check-In
- Aspekte von Mindful Leadership und Lean Leadership
- Achtsame Kommunikation
- Führungsprinzipien & Werte (Übung: Peak Experience)
- Emotionale Intelligenz – Empathie (Metta Meditation, oder "Genau wie ich Meditation")

Themen & Methoden am Nachmittag - Arbeit im Mentoring-Tandem:

- Pro Action Cafe (Kollaborative Beratung: Vorstellen der Themen, Gesprächsrunden)
- Verdichten in den Mentoring-Tandems

Am Ende gibt es von jedem Mentoring-Tandem eine Kurzpräsentation der Hauptideen und der definierten Meilensteine für die gemeinsame Mentoring-Zusammenarbeit.
Abschluss mit Achtsamkeitspraxis.

Tagesthema: Letting come – crystallizing. Gemeinsam neue Perspektiven und Lösungsansätze entwickeln.

Unterkunft: Ashram | Verpflegung: F/M/A

Mindfulness | Coaching | Workation

Tag 7, Fr, 29.11.2019: Zurück nach Mexico City – ENACTING | PROTOTYPING

Optional: 30-minütige Early Morning Practice – Mindful Circuit Training (switch between focus and open awareness)

7 Tage liegen hinter uns, eine unvergessliche, tief gehende Erfahrung. Heute ist der vorerst letzte Tag unserer gemeinsamen Leadership-Reise. Wenngleich die eigentliche Reise, das gemeinsame Mentoring- & Peer-Gruppen-Jahr erst vor uns steht.

Bevor wir unseren Ashram verlassen, stimmen wir uns mit einem Kurzworkshop nochmals auf den Tag und das "danach" ein:

- Mindful Check-In
- Thema des Tages: Enacting – Prototyping
- Mit welcher Energie gehen wir in den letzten Tag?
- Das Ende als Anfang: Übergang zur Mentoring-Phase

Rückfahrt nach Mexico City. Je nach Verkehr dauert die Fahrt ca. 1-2 Stunden. Beim Blick aus dem Fenster kannst du den Übergang von Natur zu Metropole beobachten. Von Ruhe zu Trubel. Eine erste Einstimmung auf deine bevorstehende Reise nach Hause. Auch dort erwartet dich wieder ein Übergang. Wie wird es für dich nach dieser Reise in der Heimat sein? Das Großartige: du wirst dir deine Erfahrungen bewahren. Sie leben und werden im Laufe des bevorstehenden Jahres noch weiter ausgebaut. Ebenso wie die geknüpften Beziehungen und Verbindungen, die – so hoffen wir – im Idealfall ein Leben lang bestehen bleiben und dich im beruflichen und privaten Kontext bereichern.

Am Nachmittag ca. 2-3 Stunden finaler Workshop in Mexico City:

- Mindful Check-In
- Visionsarbeit: Ich in 5 Jahren – Wer bin ich, was mache ich, wie fühle ich, was sagen andere über mich? – Austausch in Gruppen
- Abschluss im Mentoring-Tandem: sehen wir geeignete Prototypen für unsere Vorhaben, wer

sind Partner und Unterstützer? -> Vereinbarung der weiteren Vorgehensweise

- Power Präsentation: Was nehme ich mir mit? Was werde ich umsetzen, was ist mein konkreter erster Schritt? -> grass roots
- Guided Journaling zum Abschluss
- Emotionaler Abschluss & Abschiedsritual in der Gruppe

Am Abend verabschieden wir uns beim gemeinsamen Essen und lassen die Erlebnisse der vergangenen Tage Revue passieren.

Tagesthema: Enacting – Prototyping. Was ist in dieser Woche entstanden, was zeigt sich schon, was will geboren werden und braucht unsere achtsame Unterstützung? Wie kann diese „Geburtshilfe“ aussehen, was sind erste Schritte? Welche raschen Prototypen könnten entstehen?

Unterkunft: Hotel Mexico City | Verpflegung: F/M/A

Coaching | Networking | Mindfulness

Tag 8, Sa, 30.11.2019: individuelle Heimreise

Individuelle Transfers zum Flughafen in Mexico City und Rückreise in die Heimatstädte.

Leitung | Begleitung



Mag. Matthias Eckert

Karmalaya, Leitung des Leadership-Programms

Co-Founder und Prokurist der Karmalaya heart work & soul travel gGmbH, Gründer des Karmalaya Leadership-Programms, Studium Internationale Betriebswirtschaft, Unternehmensberater, Mentor, mehrjährige Führungskraft in der Finanzbranche, internationale Beratungstätigkeit in den Arbeitssprachen Deutsch, Englisch und Italienisch, Sozialunternehmer.



DI Friedl Sobota

Mindful Leadership Institut, Coach für die Programm-Teilnehmer/innen

Selbständiger Unternehmens- und Organisationsberater. Dipl.Ing. Elektrotechnik. Supervisor und Coach (ÖAGG) zert. Trainer für Mindfulness in Organisationen (MIO), Trainer für Gewaltfreie Kommunikation, MBSR-Lehrer (Mindfulness Based Stress Reduction), Lehraufträge FH Wr. Neustadt, Hochschule für Agrar- und Umweltpädagogik.



Fernanda-Ramírez-Castillo

MakeSense Mex. Leitung des Mentee-Programms in Mexiko

Co-Founder und Beiratsvorsitzende von MakeSense Mexico*, Gründerin und Geschäftsführerin von Sensecube Mexico, Studium für Betriebswirtschaft, Mentorin.

** MakeSense ist eine globale Bewegung von jungen Menschen, die mit innovativen Methoden Sozialunternehmern bei ihren Herausforderungen hilft.*



Mag. Johannes Narbeshuber, MBA

Trigon-Entwicklungsberatung, Gesamtentwicklung Coaching-Prozess

Vorstandsmitglied der Trigon Entwicklungsberatung, MBA in Growth Management, Wirtschaftspsychologe, Unternehmensberater, Organisationsentwickler, Zertifizierter Coach (Trigon, EBS, ISO), Senior- und Lehrcoach des ACC, Senior Coach des DBVC, Leiter der Trigon Coaching-Lehrgänge Wien und Köln sowie des Lehrgangs zert. Trainer für Mindfulness in Organisationen (MIO).



Mag. Tina Eckert

Karmalaya, Gesamtentwicklung Mentoring-Prozess

Gründerin und Geschäftsführerin der Karmalaya heart work & soul travel gGmbH, Gründerin der Karmalaya Leadership-Programme, Studium der Kommunikationswissenschaften, Reisejournalistin, seit 12 Jahren – mehrfach ausgezeichnete – (Sozial-)Unternehmerin, mehrjährige Meditations- und Achtsamkeitserfahrung.



Über Karmalaya

Karmalaya heart work & soul travel ist ein mehrfach ausgezeichnetes Social Enterprise aus Salzburg (u.a. Wirtschaftspreis für „Verantwortungsvolles Unternehmertum“). Seit 2010 verbindet das innovative **Unternehmen Reisen mit Persönlichkeitsentwicklung und Entwicklungshilfe** – im Rahmen von bedarfsorientierten Freiwilligeneinsätzen, authentischen Begegnungsreisen und Workcamps.

Weit über 1.000 Teilnehmer hat Karmalaya seither bereits in sinnvolle Auslandsprojekte platziert. Die neuen Leadership-Programme entstanden aus der gesammelten Erfahrung und dem artikulierten Bedarf – in enger Zusammenarbeit mit Trigon und dem Mindful Leadership Institut.

Das unterscheidet die Leadership-Programme von regulären Karmalaya-Einsätzen:

Mehr Persönlichkeitsentwicklung

Reisen außerhalb der Komfortzone bergen sehr großes Potential für persönliches Wachstum bergen. Oft ist es jedoch ohne den Blick von außen schwierig, dieses Potential zu heben. Deshalb wurden auf den Leadership-Reisen Coaching und Mindfulness inkludiert. Weil diese Kombination ein idealer Nährboden für die persönliche Weiterentwicklung ist.

Nachhaltig einen sinnvollen Beitrag leisten – Freiwilligenarbeit nach der Reise

Bei den Leadership-Programmen beginnt das Freiwilligenprojekt erst nach der Reise und dauert mindestens 1 Jahr: Eine virtuelle Lern-Beziehung (Mentoring) zwischen Reisendem/Führungskraft und einem lokalen Sozialunternehmer. Sinn trifft Impact. Das Karmalaya-Leadership-Programm (ehemals: KALiS-Leadership-Programm) gewann 2016 die erste „Social Entrepreneurship Challenge“ der Österreichischen Entwicklungshilfe-Agentur (ADA) und somit die ADA als starken, vertrauensvollen Partner. Das Programm fördert gezielt Sozialunternehmer in Schwellen- und Entwicklungsländern – für sie ist die Teilnahme am Leadership-Programm vollkommen kostenlos. In 5 Jahren sollen über 300 Sozialunternehmer bzw. bis zu 18.000 Personen vom Programm profitiert haben.

Kontakt:

Karmalaya gGmbH
Gründerin | GF: Mag. Tina Eckert
Gründer | Prokurist: Mag. Matthias Eckert
Schillerstraße 30, Techno 12
5020 Salzburg
www.karmalaya.com
www.facebook.com/karmalaya
+43 / 699 / 10 100 910

Buchung Leadership-Programm Mexiko

Schwerpunkt: Lean & Green

Termin: 25.10.2019 – 02.12.2020 (Abschluss-Event im Winter 2020)

Orte: Salzburg | Mexiko

Veranstalter: Karmalaya gGmbH | Schillerstraße 30, 5020 Salzburg | www.karmalaya.com | office@karmalaya.com

Ihre Investition:

€ 3.570,-* My Leadership Mexiko

Pilotpreis für Leadership-Programm 2019 oder

4.570,-* You + Me Leadership Mexiko

Pilotpreis für Leadership-Programm 2019 oder

**inklusive USt.; 3.400 € (davon umsatzsteuerpflichtig mit 20% USt.: 850 €) + 20% Umsatzsteuer: 170 €*

Teilnehmer/in (Vor-, Zuname, Titel, Funktion)

Straße und Hausnummer (privat)

PLZ, Ort (privat)

Telefon (privat)

E-Mail (privat)

Firmenname und Adresse

Telefon (Firma)

E-Mail (Firma)

Für die Rechnungslegung:

Rechnung ausstellen auf:

Privat

Firma

andere Rechnungsadresse, und zwar:

Die Originalrechnung wird elektronisch an:

bitte E-Mail angeben:

UID-Nummer:

Ich buche verbindlich und erkenne die in diesem Dokument angeführten Kosten, Zahlungs- und Stornobedingungen der Karmalaya gGmbH an.

Datum | Unterschrift Teilnehmer

Firmenmäßige Fertigung (Stempel & Unterschrift)
bei Rechnungslegung an die Firma