

Jubiläum - 10 Jahre Flimser Tage
Waldhaus Flims***** Mountain Resort & Spa
15. - 17. August 2013



“The Art of Movement”
The Session 2013



OVERWORKED AND UNDERLOVED?
Die Arbeit und die Beziehung in Zeiten der 24h-Gesellschaft



ÄRZTEKASSE

CAISSE DES MÉDECINS



CASSA DEI MEDICI

Powered by

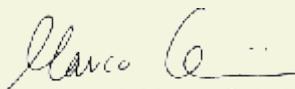
Vorwort

Die Arbeitswelt hat, auch in ihrem Kontext mit unserem Privatleben, in den letzten 20 Jahren, insbesondere aufgrund der Entwicklung der Kommunikationstechnologie, einen grossen Paradigmenwechsel erfahren. Unerreichbarkeit, Zeit für sich und zur Musse, sowie für seine Liebsten, sind zu kostbarsten, nicht erwerblichen Gütern geworden. Ein Mangel an ihnen führt früher oder später zum Wegbrechen von Menschen, UnternehmerInnen sowie ArbeitnehmerInnen, aus gesundheitlichen, motivationalen und damit auch sinnentleerten Gründen.

Wie schaffen wir aber den immer grösser werdenden Spagat zwischen Arbeitswelt und Privatsphäre? Wie gehen wir mit dauernder Erreichbarkeit um und was sind ihre Auswirkungen auf unseren psycho-physischen Zustand? Ist Liebe in Anbetracht eines solchen arbeitstechnischen und kommunikativen Overloads nicht eine verklärt-romantische Restutopie? Sind Beziehungen in einem solch lustfeindlichen Biotop überhaupt noch langfristig möglich oder müssen wir uns damit auseinandersetzen, dass auch sie ein Verfallsdatum haben? Sind darum neue Arbeits-, oder auch Lebensentwürfe gefordert?

Diesen und anderen Fragen gehen wir zusammen mit, wie immer, handverlesenen ReferentenInnen an der zehnjährigen Jubiläumsausgabe des "The Art of Movement" im wunderschönen Waldhaus Flims nach. Unser grosser Dank gebührt auch dieses Jahr wiederum unseren treuen Sponsoren und Gästen.

Wir freuen uns auf Sie in Flims!


Dres. med. Marco Caimi


Maria-Lucia Maschio


Jean-Jaques Fasnacht

Kongressorganisation

ÄQUILIBRIS SEMINARE AG

Alexander Haener

alexander.haener@aequilibris.ch

+41 61 225 92 77



"The Art of Movement" - The Session 2013

OVERWORKED AND UNDERLOVED?

Die Arbeit und die Beziehung in Zeiten der 24h-Gesellschaft

Donnerstag, 15. August 2012 Nachmittag

Moderation: *Marco Caimi, Maria-Lucia Maschio, Jean-Jaques Fasnacht*

ab 14.30 **Hotel-Check-In**

ab 15.00 **Kongress Check-In**

15.30 **Begrüssung**

15.45 **"TREUE IST AUCH KEINE LÖSUNG"**

Wege aus dem Schwarz-Weiss-Denken

Lisa Fischbach und Holger Lendt

16.45 Flimser Talk: **"EINE(R) FÜR IMMER?"**

Genetik und Kultur der Monogamie

Leitung: Marco Caimi

*Teilnehmer: Lisa Fischbach, Holger Lendt, Daniel Haag,
Frank Lorenz, Callboy Nick*

ab 18.00 **Relax!** Kontakte und Geniessen der wunderbaren Wellness-Zonen

20.30 **Dinner**

Anschliessend: Philosophie-Bar und Tanz



Ihre Arbeit ist es wert bezahlt zu werden

Das System für eine gute Zahlungsmoral

Die Zusammenarbeit mit InkassoMed beginnt bereits mit der Bonitätsprüfung, denn kostenintensive Betreibungen sollten nach Möglichkeit vermieden werden. Das speziell für das Gesundheitswesen ausgearbeitete System sorgt mit minimalem Aufwand für eine gute Zahlungsmoral Ihrer Patienten.

INKASSOMED

Umfassendes Forderungsmanagement im Gesundheitswesen

Eschenstrasse 12, 8603 Schwerzenbach, Tel. 0844 85 33 57

Fax 044 806 57 70, info@inkassomed.ch, www.inkassomed.ch

Freitag, 16. August 2013 Vormittag

- 07.00 **Alpine wake up I** - Bewegt in den Tag
- 08.00 **Energietankstelle!** Geniessen des berühmten Waldhaus-Frühstückbuffets
- 09.00 **"IMMER UND DAUERND?"**
Sinn und Unsinn von Neuroenhancement
Lutz Jaenke
- 09.45 **"EISZEIT ODER HEISSZEIT?"**
Lustvoller Sex trotz Overwork und Ehe
Karoline Bischof
- 10.30 **Pause und Kontakte**
- 11.00 **"MÜDE? SCHLAFF? LUSTLOS?"**
Eisen - ein Schlüssel zu Leistung und Regeneration? Update 2013
Matthias Wilhelm
→ Das Referat wird unterstützt durch die Firma vifor
- 11:35 **"DIE HAUT - VISITENKARTE UND SCHUTZ FÜR KÖRPER UND SEELE!"**
Moderne Hautpflege als Pfeiler des Selbstbewusstseins
Oliver Kreyden
- 12.15 **RICHTLINIEN FÜR WORKSHOPS / LUNCH-Pakete**
- 13.15 **Workshops**

Workshops "The Art of Movement" - The Session 2013

1. **THAI CHI** mit *Nuno Damaso*
2. **YOGA** mit *Marcel Stoeckli*
3. **ZUMBA** mit *Maya Onken*
4. **PILATES** mit *Anouk Kammermann*
5. **HEISSE MOVES - durch Bewegung zu mehr Lust** mit *Karoline Bischof*
6. **DIE KUNST DER BEGEGNUNG - Auf einander zugehen macht Spass**
mit *Nick Laurent & Tina Förster*
7. **360°- LIEBE - die verschiedenen Formen der Liebe und ihre Bedeutung für einen selbst** mit *Frank Lorenz*

Freitag, 16. August 2013 Nachmittag

- 15.30 **Die drei "K"s**
Kaffee, Kuchen, Kontakte
- 16.00 **"DAS DRAMA DER BEGABTEN FRAU"**
Muss Führung einsam und krank machen?
Constanze Eich
- 16.45 **Kurzpause**
- 17.00 **"ARBEITEN SIE NUR ODER HABEN SIE NOCH SEX?"**
Gründe für das erotische Tal der Tränen
Maya Onken
- 17.45 **Reflektionen**
- 18.00 **Relax and Wellness!**
- 20.30 **Dinner**
Festliche Garderobe erwünscht
anschliessend Philosophie-Bar und Tanz

Samstag, 17. August 2013

- 07.00 **Alpine wake up II** - Bewegungsappetizer zum zweiten
- 08.00 **Energietankstelle!** Geniessen des Waldhaus-Frühstückbuffets
Anschliessend für Abreisenden: **Check-Out**
- 09.15 **"BLUT - EIN GANZ BESONDERER SAFT"**
Better Aging-Labordiagnostik im 21. Jahrhundert
Simon Feldhaus
- 10.00 **"KRAFT IST NICHT ALLES, ABER OHNE KRAFT IST ALLES NICHTS..."**
Wenn der Körper schwächelt und die Gelenke ächzen...
Martin Weiss
- 10.45 **Diskussion**
- 11.00 **Pause**
- 11.30 **"LIEBER HUMOR ALS TUMOR!"**
Die Leichtigkeit des Lachens
Jürg Kesselring
- 12.30 **Schlussreflektionen**
- 12.45 **Ende "The Art of Movement" - The Session 2013**

Who is who?

Leitung und Moderation

Dr. med. Marco Caimi führt ein Zentrum für Reha- und Präventionsmedizin ÄQUILIBRIS REHAB und ist Marktleader als Managementtrainer im Bereich Corporate Health, Buchautor, Kolumnist und Moderator mit seiner Seminarfirma ÄQUILIBRIS SEMINARE AG.

www.aequilibris.ch / www.aequirehab.ch

Dr. med. Maria-Lucia Maschio, Fachärztin für allgemeine Medizin, seit 1999 in Gemeinschaftspraxis in Elsau/ZH.

Dr. med. Jean-Jaques Fasnacht, Land- und Sportarzt (Verbandsarzt Eidg. Turnverband, Mannschaftsarzt Kadetten SH) sowie Lehrbeauftragter Universität Zürich, Kolumnist „Schweizer Familie“, Radioarzt Radio Munot, Präsident PSR/IPPNW Schweiz, Longdistancerunner, Familien- und Genussmensch.

www.weinland-aerzte.ch/fasnacht

Referenten

Lisa Fischbach, Studium der Psychologie und der Sexualwissenschaften. In eigener Praxis als Psychologin, Coach und Paarberaterin tätig. Als Beziehungsexpertin berät sie seit 2005 die Online-Partnervermittlung Elitepartner. Zusammen mit Holger Lendt Autorin des vieldiskutierten Buches „Treue ist auch keine Lösung“ (Pendo Verlag).

www.lisafischbach.de

Holger Lendt, studierte Psychologie und Sexualwissenschaften. In freier Praxis bietet er Hypnotherapie, Mentalcoaching und Paarberatung an. Seit '92 in der Suchthilfe tätig. Seit '88 Beschäftigung mit Buddhismus und Meditation. Mit Lisa Fischbach Autor des Buches „Treue ist auch keine Lösung“.

www.holgerlendt.de

Prof. Daniel Haag-Wackernagel ist Professor für Biologie an der medizinischen Fakultät der Universität Basel und ist als Bachelor-Manager für die drei ersten Studienjahre verantwortlich. Im Rahmen der Lehre beschäftigt er sich intensiv mit den biologischen Grundlagen des menschlichen Sexualverhaltens.

<http://anatomie.unibas.ch/IntegrativeBiology/index.html>

Frank Lorenz ist reformierter Pfarrer und Journalist (MAZ) und schloss ein Nachdiplomstudium in Medien und Kommunikation mit dem MBA ab. Zusammen mit dem Arzt Marco Caimi ist er Gründer des Männerseminars „Gipfeltreffen“.

www.gipfeltreffen.me

Prof. Dr. rer. nat. Lutz Jäncke, Ordinarius für Neuropsychologie an der Universität Zürich. Autor und Herausgeber mehrerer Bücher und Buchkapitel. Arbeitsschwerpunkt: Die kortikale Plastizität im Zusammenhang mit dem Lernen. 2007 war er Träger des Credit Swiss Teaching Awards for Best Teaching an der Universität Zürich. 2006 und 2008 erhielt er jeweils die Goldene Eule der Studentenschaft der ETH Zürich für hervorragendes Lehren.

www.psychologie.uzh.ch

Dr. med. Karoline Bischof, Gynäkologin, Sexualtherapeutin und Ausbilderin, ist Co-Leiterin des ZiSmed, Zentrum für interdisziplinäre Sexologie und Medizin in Zürich. Die Förderung der erotischen Weiblichkeit spielt in ihrer Arbeit eine zentrale Rolle.

www.zismed.ch

Dr. med. Matthias Wilhelm, Leiter Sportkardiologie am Inselspital Bern. Facharzt für Innere Medizin und Kardiologie, Fähigkeitsausweis Sportmedizin. Forschungsschwerpunkte sind Leistungsminderung und Übertraining bei Freizeit- und Leistungssportlern.

www.sportkardiologie-bern.ch

Who is who?

Constanze Eich ist Expertin für Rhetorik und strategische Kommunikation; seit 2003 Inhaberin der Firma eich-communications in Stuttgart. Als Coach berät sie u.a. Frauen in Führungspositionen. Sie studierte Allgemeine Rhetorik, Germanistik und Romanistik in Tübingen und Paris.

www.eich-communications.de

Maya Onken, lic. Phil.I., ist Geschäftsführerin des Frauenseminars Bodensee, systemischer Coach, Dozentin und Bestsellerautorin. Zudem leidenschaftliche Tanzinstructorin und Zumbapresentierin.

www.maya-onken.ch

Dr. med. Simon Feldhaus ist Stv. Chefarzt und Leiter Medizinische Dienste der Paramed, Facharzt für Allgemeinmedizin (D), Dipl. Naturheilpraktiker und TCM Therapeut. Er ist Autor diverser Veröffentlichungen und Referent an nationalen wie internationalen Veranstaltungen, vor allem in den Bereichen integrative Medizin, Orthomolekulare Medizin, TCM und Phytotherapie.

www.paramed.ch

Dr. med. Martin Weiss ist Facharzt für Allgemeinmedizin und Chirotherapie mit Praxis in Rosenheim. Er ist ausbildender Arzt bei Kieser Training und Buchautor.

www.dr-weiss-rosenheim.de

Prof. Dr. med. Jürg Kesselring ist seit 1988 Chefarzt für Neurologie und Rehabilitation am Rehabilitationszentrum Valens und seit 1996 Titularprofessor für klinische Neurologie und Neurorehabilitation an der Universität Bern. In seiner Freizeit passionierter Cellist und Lyriker.

www.klinik-valens.ch

Workshop-Leiter

Nuno Damaso. Der Taekwondo- und Tai-Chi-Lehrer aus Basel ist Träger des 6. Dan und ist der erfolgreichste Schweizer Taekwondo-Kämpfer. Er ist einer der gefragtesten Experten in Europa.

www.taekwondo-bs.ch

Marcel Stoeckli ist Master Yoga Lehrer der YogaAlliance USA/Europa, Personaltrainer im Reha- und Sportbereich und Thai Massage Therapeut. Er leitet seit vielen Jahren Yogalehrer Ausbildungen und Workshops im In- und Ausland. In Basel betreibt er sein eigenes Yogastudio.

www.living-buddha.ch

Maya Onken, Beschrieb bei Referenten.

www.maya-onken.ch

Anouk Kammermann führt das «INTELLIGENT FITNESS Zentrum» in Basel. Sie ist diplomierte Yogalehrerin, Pilatesinstructorin, Masseurin und Ernährungscoach.

www.intelligent-fitness.ch

Nick Laurent hat ein Studium der Geschichte, seit 2007 unabhängiger Edel-Callboy für Frauen und Paare. Seine natürliche, feinfühlig und auch spirituell gewachsene Art wird in diversen Bereich der Gesellschaft geschätzt. Zahlreiche Presse und TV-Auftritte mach(t)en in zum berühmtesten Callboy der Schweiz.

www.callboy-nick.ch

Christina Förster ist Werbeleiterin, Marketing-Fachfrau (ABB, IBM) und tätig bei „SENSITIVITY Inspirations“: Inspirationen zur Erweiterung der Wahrnehmung und zum Austausch veralteter Standpunkte. Zusammen mit Nick Laurent aktuell in einem Buchprojekt über ein aussergewöhnliches Leben.

Karoline Bischof, Beschrieb bei Referenten.

www.zismed.ch

Frank Lorenz, Beschrieb bei Referenten.

www.gipfeltreffen.me

Setzen Sie den **Papiertiger** auf Diät



**Ärztelasse-Berater zeigen Ihnen,
wie Sie das Praxisbüro schön schlank halten**

Ein ausgewachsener Papiertiger liebt viel Papier und frisst Ihnen Ihre Zeit und Ihren Ertrag weg. Ein effizient organisiertes Praxisbüro ist die einzige Möglichkeit, diesem gefräßigen Untier Einhalt zu gebieten. Die erfahrenen Berater der Ärztelasse zeigen Ihnen, wo der Papiertiger lauert und wie Sie ihn erfolgreich auf Diät setzen.

Beratung + Service + Software = Ärztelasse



ÄRZTELASSE



CAISSE DES MÉDECINS

CASSA DEI MEDICI

ÄRZTELASSE

Genossenschaft
Steinackerstrasse 35 · 8902 Urdorf
Tel. 044 436 17 74 · Fax 044 436 17 60
www.aerztelasse.ch
marketing@aerztelasse.ch