

PRESSEINFORMATION

Lothar Seiwert

Die Bären-Strategie **In der Ruhe liegt die Kraft**

128 Seiten, gebunden mit Schutzumschlag

€ 14,95 [D] / € 15,40 [A] / sFr 27,30

ISBN 3-7205-2572-4

Ariston im Heinrich Hugendubel Verlag

Erscheinungstermin: **März 2005**

Bärenstarke Tipps vom Experten

Lothar Seiwert ist Deutschlands gefragtester Coach zum Thema Zeit- und Selbstmanagement, Bestsellerautor – und Bärenfan. In seinem neuen Buch ***Die Bären-Strategie: In der Ruhe liegt die Kraft*** verpackt er die Basics seiner Erfolgslehre in eine charmante Fabel, in der die Bären zeigen, wie man mit Gelassenheit und Power seine Ziele erreicht.

Bären stehen seit jeher für Ruhe und Kraft. Sie geben in Lothar Seiwerts ebenso lehrreicher wie amüsanter Fabel den Ton an und bringen den anderen Tieren der Geschichte bei, wie sie ihre Zeitnöte und ihr Leben in den Griff bekommen können. Die emsige Biene, der ehrgeizige Fuchs, der hektische Hase, die pflichtbewusste Eule und der bequeme Hirsch werden treffend und liebenswert porträtiert mit den ihnen eigenen Stärken und Schwächen in punkto Zeitmanagement. Jeder von ihnen hat seine spezifischen „Zeitdiebe“ – und für die haben die Bären einfache, sehr wirksame Ratschläge.

Ob Kontrollfreak, Perfektionist, Aufschieber oder Traumtänzer: Der eine muss delegieren lernen und locker lassen, der andere muss sich konzentrieren, Ziele setzen und seinen Alltag besser strukturieren. Das Ziel lautet immer, seine Zeit besser in den Griff zu bekommen und sein Leben aktiv, sinnvoll und glücklich gestalten zu können. Diesem Ziel bringt uns Lothar Seiwert mit der „Bären-Strategie“ auf unterhaltsame und charmante Weise näher.

Prof. Dr. Lothar Seiwert ist Deutschlands gefragtester Coach zum Thema Zeit- und Selbstmanagement und Autor mehrerer Bestseller, wie *Das 1x1 des Zeitmanagement*, *Mehr Zeit für das Wesentliche*, *Wenn du es eilig hast, gehe langsam* und, zusammen mit Tiki Küstenmacher, *Simplify your life*. Seine Bücher sind in zahlreiche Sprachen übersetzt worden, in den USA und in Frankreich wurde er für das "Beste Wirtschaftsbuch des Jahres" ausgezeichnet. Prof. Seiwert leitet die *Seiwert-Institut GmbH* (www.seiwert.de) in Heidelberg, die sich auf Time-Management und Life-Leadership® spezialisiert hat.

Die Website zum Buch: www.baeren-strategie.de

Weitere Informationen:

Presse- und Öffentlichkeitsarbeit, Susanne Fink

Tel: 089/ 23 55 86-160/ -117 Fax: -111 Email: susanne.fink@hugendubel-verlag.de

Bitte schicken Sie uns einen Beleg Ihrer Rezension. Vielen Dank.