



DIE SELFNESS PHILOSOPHIE

Das Fundament unserer Arbeitsweise ist die **Selfness Philosophie**. Die Selfness Philosophie fördert alle Kompetenzen, die es braucht, um ein selbstbestimmendes und gesundes Leben führen zu können. Sie ist ein wichtiger Bestandteil unserer Unternehmenskultur.

Kontakt:
Heller Gastro AG
+41 33 854 31 31

Dorfstrasse 133
Postfach 92
CH-3818 Grindelwald

GRUNDLAGEN DER SELFNESS PHILOSOPHIE

Selfness als Lebenseinstellung kann von jedem Menschen angewandt werden. Sie fordert eine innere Bereitschaft, **zu wachsen und sich selbst zu sein**. Sie fördert eine positive Lebenseinstellung und Selbstverwirklichung, und trägt so zu einem **gesunden und erfüllten Leben** bei. **Sieben Kompetenzen** helfen dabei, unterschiedliche Lebensbereiche selbstbestimmt zu erweitern:



Die Kompetenzen stehen um den Begriff **Vertrauen**. Vertrauen in **sich selbst**, aber auch in **seine Mitmenschen** und in **ein gutes Leben**.

Mit diesen Kompetenzen gelangt man in eine **authentische und tiefe Kommunikation** mit den Mitmenschen und der Umwelt.

Zur Selfness Philosophie gehört zudem eine **Achtsamkeit mit dem eigenen Körper** und der eigenen Gesundheit. Beispielsweise durch Bewegung, eine ausgewogene Ernährung oder Meditation.

DER SELFNESS GARTEN

Selfness ist für uns wie ein lebendiger **Blumengarten** mit Vielfalt, Wachstum und bereicherndem Miteinander. Als Arbeitgeber streuen wir Saatkörner, die dir die Möglichkeit geben, die Selfness Philosophie in deinem Alltag zu leben. Bei uns erwarten dich:

- **Ein schöner Arbeitsort** mit guten Rahmenbedingungen und wertschätzender Führung. Das bildet den fruchtbaren Boden für unser Wachstum und unsere Entwicklung.
- Die innere **Haltung nach den Selfness Kompetenzen**, die als Saatkörner eine dauerhafte, nachhaltige Selbstentwicklung fördern.
- Die **Förderung emotionaler und kommunikativer Kompetenzen** durch Schulungen und Coachings.
- Die Möglichkeit, **das authentische Selbst voller Vertrauen** entfalten zu können.
- **Ein wertschätzendes Arbeitsumfeld**, in dem jeder Mitarbeitende seinen Platz erhält. Ehrliche Begegnungen auf Augenhöhe mit Mitarbeitenden und Mitmenschen.

Zu unserem Selfness Garten gehören auch unsere Selfness Partner: [Salzano Hotel-Spa-Restaurant](#), [Deltapark Vitalresort](#), [Germesheid Concept](#)



SELFNESS IN DER HELLER GASTRO AG

Coachings und Schulungen

Alle Mitarbeitenden der Heller Gastro AG können **Einzelcoachings** bei unseren Selfness Coaches in Anspruch nehmen. Die Coachings dürfen sich um berufliche oder private Themen drehen. Zudem steht allen Mitarbeitenden die Teilnahme an sogenannten **Selfness Startermodulen** offen. In diesen Modulen werden im Kurssetting die Grundlagen der Selfnessphilosophie vermittelt. Diese stärken die Kommunikationsfähigkeit, die Selbstreflexion und die Teamarbeit.

Mitglieder des **Führungsteams** haben zudem die Möglichkeit, weiterführende Kurse wie Leadershipmodule zu besuchen, um die **persönlichen und beruflichen Kompetenzen** zu stärken.

Bewegung und Gesundheit

Alle Mitarbeitenden der Heller Gastro AG profitieren im **Eiger Spa, Fitness & Soul** von **50% Reduktion** auf das gesamte Angebot. Dieses beinhaltet einen Spa Bereich mit Sauna, Dampfbad und Ruheräumen, einen Fitnessbereich für Kraft- und Ausdauersport, Gruppenkurse und Massageangebote. Zudem darf jede/r Mitarbeitende einen Gruppenkurs pro Woche kostenlos besuchen. Das Angebot umfasst eine Bandbreite Kursen, die für jedes Bedürfnis etwas bieten.

Selfness im Team

Wir leben untereinander Respekt und Toleranz. Bei uns begegnen sich verschiedene Altersgruppen und Kulturen auf Augenhöhe. Diversität und Authentizität zeichnen unser Team aus.

