

ALUMNI NEWS

SEPTEMBER 2014

AUF SCHWANKENDEN BALKEN: ALUMNI-MITGLIEDERVERSAMMLUNG

Einmal im Jahr trifft sich der Alumniclub zur ordentlichen Mitgliederversammlung. Ende Mai fand sie zum ersten Mal am Neusser Campus statt. Der Vorstand und die anwesenden Mitglieder tauschten sich noch einmal über die Aktivitäten des letzten Jahres aus und schmiedeten Pläne für die Zukunft. Der Verein ist in letzter Zeit wieder beträchtlich gewachsen. Die Veranstaltungen waren gut besucht. Insbesondere die neu ins Leben gerufenen Jahrgangstreffen im Brauhaus sind bei den Absolventen gut angenommen worden.



Die Teilnehmer waren oft glücklich, sich endlich mal wiederzusehen. Viele hatten sich seit ihrem EUFH-Abschluss nicht mehr getroffen. So ganz nebenbei konnte der Alumni-Club sich bei diesen Anlässen über guten Mitglieder-Zulauf freuen. Allein beim Treffen der 08er traten 24 neue Mitglieder unserem Absolventennetzwerk bei. Insgesamt, so fasste der Vorstand es zusammen, sei die Resonanz umso größer, je älter der Jahrgang sei. Auch andere Alumni-Aktionen waren gut besucht und stießen auf positives Feedback – etwa das gemeinsame Kartfahren in Kerpen, der Musical-Besuch von Sister Act in Oberhausen oder das Business-Knigge-Seminar in Brühl.



Auch für die kommende Zeit hat unser Alumniclub wieder so einiges geplant, was bei der Mitgliederversammlung ausführlich besprochen wurde. Die EUFH-Alumni wären aber nicht die EUFH-Alumni, wenn sie nach einer „ordentlichen Mitgliederversammlung“ einfach so wieder nach Hause fahren würden. Stattdessen ging's vom Versammlungstisch auf direktem Weg in die Skihalle Neuss. Hier balancierten sie im Kletterpark über schwankende Balken. Mit ihnen kletterte auch unser Vizepräsident Prof. Hansis. Alle Achtung! Andere blieben lieber mit beiden Beinen auf dem Boden der Biergarten-Tatsachen und trafen schließlich die Kletterer wieder im Restaurant Hasenstall zum zünftigen Abendschmaus.



Redaktion und Layout:

Regina Johnen, r.johnen@eufh.de

Renate Kraft, r.kraft@eufh.de

ALUMNI NEWS

SEPTEMBER 2014

HOMECOMING EVENT: ALUMNI AUF DEM CAMPUS

Absolventen aller Studien- und Jahrgänge der EUFH kamen Ende Juni für einen Tag zurück auf den EUFH-Campus. Trotz des ganztägigen Sauwetters mit Dauerregen war es ein schönes Wiedersehen auf dem Campus in Brühl. WM-Achtelfinale und übel gesinnte Wettergötter sorgten dafür, dass nicht ganz alle fast 2000 Absolventen unserer Hochschule den Weg in den Campusgarten fanden. Aber die, die sich nicht abhalten ließen, erlebten einen schönen Nachmittag mit vielen Gesprächen, köstlichem Grillgut, prickelndem Sekt, blondem Kölsch und einem „Alumni Viewing“ des spannenden Achtelfinales zwischen Brasilien und Chile.

Einige Absolventen trafen sich schon früh am Tag, um an den angebotenen Activities teilzunehmen. Dabei überwandene einige besonders mutige Ehemalige sogar ihre Höhenangst beim House-Running und liefen aus fast 50 Metern Höhe senkrecht eine Wand hinunter. Gesichert waren sie dabei mit einem Gurt und zwei Seilen von einem erfahrenen Schwindelfrei-Team. Jeder für sich konnte entspannt selbst entscheiden, ob er lieber abwärts schlendern oder die Wand hinab spurten wollte.



Das Grillfest kam dann sehr gelegen, um den entstandenen Durst und Hunger zu stillen. Nach vielen herzlichen Begrüßungen unter den Absolventen erfüllten bald Gespräche und Gelächter den Campus. Ein herzliches Dankeschön an unseren Alumniclub und an alle Helfer beim Grillfest, die den Nachmittag und Abend tatkräftig unterstützt haben. Der Alumni Club freut sich jetzt schon auf das nächste Homecoming-Event, wenn hoffentlich, wie in den vergangenen Jahren, wieder die Sonne scheinen wird.



ALUMNI NEWS

SEPTEMBER 2014

KÖSTLICHER ALUMNICLUB: BENIMM, SMALL TALK UND RIESENSPASS

Wer reicht wem zuerst die Hand, damit die Vorstellung unfallfrei verläuft, wenn sich zwei Paare gegenüberstehen? Damen werden vor Herren, Ältere vor Jüngeren begrüßt. Doch was tun, wenn es gilt, gleich mehrere Damen unterschiedlichen Alters zu begrüßen? Ist es cool oder ist es ein Fettnapf, wenn ich ihnen der Reihenfolge ihres Alters entsprechend schön nacheinander die Hand schüttele? Wen begrüße ich zuerst – den Chef oder seine Frau? Wer geht rechts, wer geht links? Gast rechts vom Gastgeber? Frau links vom Mann? Wie war das noch gleich? Welche Themen sind beim Smalltalk tabu? In welcher Hand halte ich das Champagnerglas?

Solche und 1000 andere Fragen beantwortete souverän Horst Hanisch, der Mitte Mai wieder einmal bei uns Absolventen und inzwischen auch bei Studis sehr beliebten Business- und Dinner-Knigge Workshop leitete, den unser Alumni Club von Zeit zu Zeit veranstal-



Griäs de und Hallo aus München

Mitten im Hochsommer sendet die Regionalgruppe aus München sommerliche Grüße aus dem Biergarten. Die Terrasse am Wiener Platz lud zur gutgelaunten Gaudi ein. Na dann Prosit und Servus, bis bald!

tet. Los ging's erst mal ganz langsam mit ein paar „Trockenübungen“ am Campus in Brühl. Doch schon sehr bald war es vorbei mit der grauen Theorie und die Teilnehmer nahmen einen kleinen Ortswechsel vor. Weiter ging es im benachbarten Restaurant „Pozzo Antico“. Dort gab es ein Lehr-Menü zu den wichtigsten Benimmregeln bei einem Geschäftsessen.

Nach einem Gläschen Prosecco (wie sich herausstellte, ist schon das Öffnen der Flasche ein echter Stolperstein, wenn das Blubberwasser nicht wie in der Formel I in größeren Mengen durch die Gegend spritzen soll) folgten köstliche Riesengarnelen. Horst Hanisch erklärte



ALUMNI NEWS

SEPTEMBER 2014

geduldig, wie genau der Kopf-Brustteil gegen den Schwanz und die Beinpaare aus dem Schwanz gedreht werden müssen. Die chaotischen Teller voller Panzer und Beine waren der Beweis: Lektion gelernt.

Weiter ging's mit Spaghetti, die ausschließlich mit der Gabel und mit rechts zum Mund führt, wer sich kniggekonform benehmen möchte. Man nehme also eine einzelne Nudel (bitte nicht gierig werden!) und drehe sie mit den Zinken der Gabel auf. Rutscht die Nudel dabei über den Gabelgriff, wird wieder bei Null begonnen. Und bitte niemals, aber wirklich absolut niemals auf die Idee kommen, die Spaghetti vor dem Verzehr heimlich mundgerecht zu zerstückeln.



Der Alumni Club wächst...

... und zwar in Neuss am zweiten Standort der EUFH. Schon 2012 beendeten dort die ersten Bachelor-Studierenden ihr Studium und der ein oder andere fand seinen Weg schon damals in den Alumni Club. Nun stehen die Absolventen Melissa Fröhlich und Stephan Peters für alle Alumni und Studierenden aus Neuss und Umgebung vorne an der Front und bauen den Alumni Club in Neuss weiter auf. Wir freuen uns auf baldige weitere News vom Niederrhein.



Forelle Müllerin – auch hier kann man wahrlich mehr falsch machen, als man für möglich gehalten hätte. Eine wichtige Benimm-Regel sagt uns, dass man nie mit der Gabel in den Fisch stechen darf. Keine Ahnung, warum. Vielleicht hat so eine frische Forelle noch Schmerzen? Herr Hanisch lehrte die Teilnehmer, dass sich am Kopf der Forelle, der gemeinhin fälschlicherweise als Abfallprodukt gilt, die winzigen Bäckchen des Fischchens befinden. Die schmecken absolut nach nichts, aber man kann so richtig schön angeben und den weltgewandten Gourmet spielen, wenn man die Bäckchen publikumswirksam zum Mund führt. Ansonsten ist natürlich möglichst der Kampf mit dem Grätengerüst des Tiers formvollendet und ohne Erstickungsanfall zu gewinnen. Die Teilnehmer gewannen die Schlacht.

Ein saftiges, farbenfrohes Buffet von exotischen Früchten rundete ein köstliches Menü und einen lehrreichen wie unterhaltsamen Tag ab. Alle waren am Ende sehr satt und sehr zufrieden. Weiterbildung kann so schön sein...



ALUMNI NEWS

SEPTEMBER 2014

„MANAGEMENT IM DIALOG“ AUF DEM CAMPUS: VON BURNOUT UND EXISTENZGRÜNDUNG

Seit den letzten Alumni News und den ersten Einladungen zur neuen Veranstaltungsreihe „Management im Dialog“ sind einige Wochen ins Land gezogen und der Alumni Club lud gemeinsam mit dem Studierendenparlament und dem Bereich Training sozialer Kompetenzen zur dritten und vierten Auflage der Veranstaltungsreihe ein.

Am 9. April war Frau Dr. Eva Kalbheim zu Gast. Sie entwickelte nach ihrem Studium „Coaching & Moderation“ an der Universität Bielefeld im Jahr 2009 ein Coaching-Verfahren, das Menschen dabei helfen kann, ihre eigenen Kraftquellen neu zu entdecken und das Gefühl für die eigenen Energien wiederzuerlangen. Dr. Eva Kalbheim erklärte anschaulich, was in Gehirn und Körper passiert, wenn der Stress immer größer wird und es zu Burnout kommt. Was sind Signale dafür, dass der Stress zu hoch ist? Die Liste ist lang und reicht von Schlafstörungen und Reizbarkeit über Energieverlust, Stimmungsschwankungen und Grübeleien bis hin zu sozialem Rückzug und häufigen Infektionen. Wenn man sich nach drei Wochen Urlaub noch genau so leer und antriebslos fühlt wie vorher, dann ist spätestens Alarmstufe rot.



Damit es gar nicht erst so weit kommt, können wir eine ganze Menge tun. Wichtig ist, dass wir das Multitasking verabschieden und immer schön eins nach dem anderen machen. Wir müssen dringend für Balance sorgen und unsere positive Erlebnisqualität maximieren. Klingt alles so simpel, scheint aber doch ziemlich schwierig zu sein. Dr. Eva Kalbheim machte jedenfalls ein-drucksvoll klar, dass wir im Hier und Jetzt leben nicht ständig 150 Prozent Ein-können. Manchmal reichen eben auch



80. Und es kann tatsächlich sehr schön sein, ab und zu mal gar nichts zu tun. Das vergessen wir nur zu oft.

Besonders in der anstrengenden Zeit der Existenzgründung ist die Gefahr groß, dass es zum Burnout kommen kann. Davon berichtete Christian Dommers, der Head of Business Development bei der Eyeo GmbH in Köln ist, beim „Management im Dialog“ im Juli. Er kennt das Thema Existenzgründung aus eigener Erfahrung und weiß genau, was zu beachten und zu tun ist, damit aus dem eigenen Unternehmen nicht schon ein Flop wird, bevor es richtig losgeht. Als Selbstständiger hatte Christian Dommers zwei Büros in Köln und Berlin, zu Spitzenzeiten 50 Mitarbeiter und ca. 1,5 Millionen Euro Umsatz. Aber dann kam das Schreckensjahr 2012 mit Umsatzeinbruch und Finanzierungsnot. Das war eine Krise, die Christian Dommers viele schlaflose Nächte beschert hat. Heute sagt er: „Karriere ist eine Zick-Zack-Linie, die insgesamt einen positiven Trend verfolgen sollte. Durch Misserfolge lernt man viel und schnell und sollte davor daher keine Angst haben.“ Natürlich hatte Christian Dommers auch einige Tipps für Existenzgründer auf Lager. Nach seinen Erfahrungen weiß er jetzt erst recht, worauf es ankommt. Er riet seinen Zuhörern zum Beispiel, nach Problemlösungen zu suchen und keine Ideen zu verfolgen, die nur schnelles Geld bringen. Außerdem müsse es eine Idee sein, mit der der Gründer sich wirklich identifizieren kann, denn er muss sich schließlich jeden Tag aufs Neue damit auseinandersetzen. Und er empfahl eine Teamgründung statt eines Alleingangs und das Angebot von Unternehmensanteilen für die ersten wichtigsten Mitarbeiter, um Kuchen und Risiko zu teilen. Mit vielen weiteren Tipps und seinem sehr ehrlichen und authentischen Vortrag sorgte Christian Dommers für einen hochinteressanten Abend an der EUFH.