



AUF EINEN BLICK

- » Erfassen von persönlichen Rahmenbedingungen und Berücksichtigung des gesundheitlichen Status
- » Ursachenforschung und Persönlichkeitsstabilisierung
- » Klärung der Erwerbs- und Integrationsfähigkeit
- » Erstellen eines Gesundheits- und Integrationsplanes
- » Training und Aktivierung
- » Unterstützung bei Renten oder Reha-Verfahren

Dauer: **1, 3 oder 6 Monate**

Im Gesundheitscoaching wird Ihr Bewusstsein für die eigene Gesundheit geschärft. Das Zusammenspiel von Körper und Geist wird genauer beleuchtet und Potentiale zur Steigerung Ihres Wohlbefindens fokussiert.

Wir unterstützen Sie fachkundig und motiviert auf dem Weg zu mehr Lebensqualität.

Zusammen mit einem erfahrenen Coach wird Ihr Gesundheitszustand ganzheitlich analysiert und zielorientierte Maßnahmen sowie Perspektiven abgeleitet.

Sie werden dabei ganz individuell begleitet - in einer Geschwindigkeit, die für Sie passt.

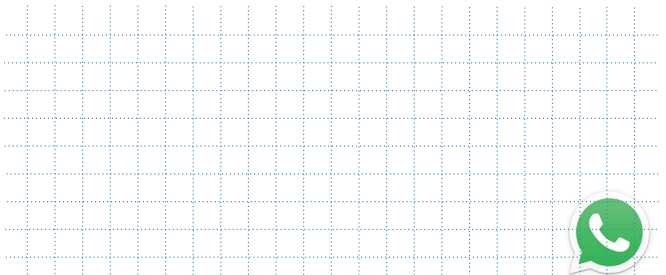

ZIELE UNSERES GESUNDHEITSCOACHINGS

- » Selbstwertgefühl stärken und eine positive Lebenseinstellung aufbauen/festigen
- » Entdeckung ungenutzter Potenziale
- » Erlernen eines förderlichen Umgangs mit gesundheitlichen Einschränkungen
- » Stressbewältigung
- » Erarbeitung umsetzbarer Berufs- und Zukunftsperspektiven
- » Begleitung zu Haus-/Facharzt

DER NÄCHSTE SCHRITT

Sie haben Interesse am Gesundheitscoaching?
Vereinbaren Sie mit uns einen Termin zu Ihrem Beratungsgespräch.

Ihre Notizen:

A large rectangular area with a light blue dotted grid pattern, intended for taking notes.A circular icon with a white telephone handset inside a speech bubble, representing WhatsApp, located in the bottom right corner of the grid area.

Terminvereinbarung auch über 0176 457 18 040 möglich

