



Fit for Management und Fit for Work

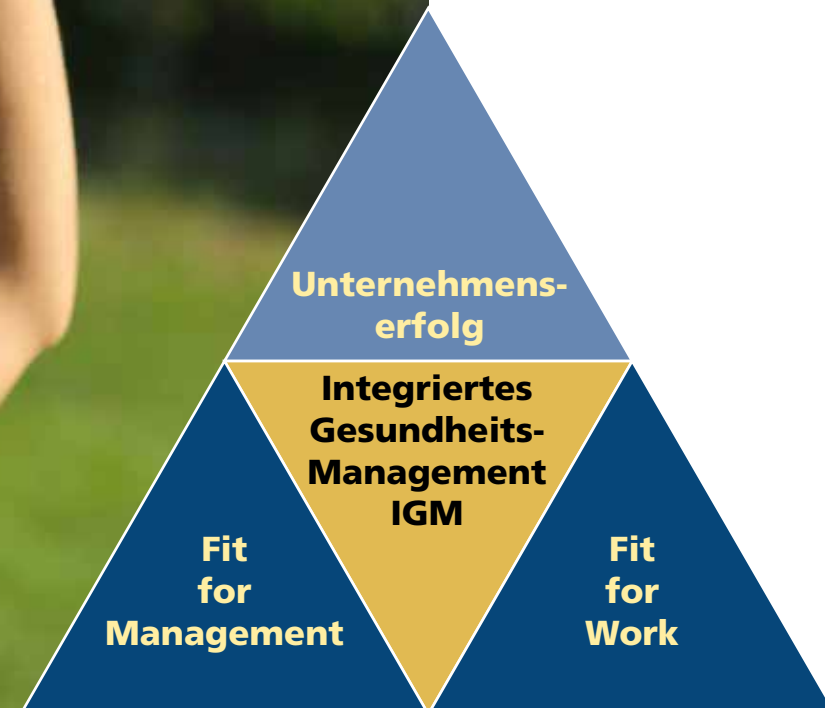
Das Integrierte Gesundheitsmanagement



Integriertes Gesundheitsmanagement - das ist Gesundheit mit System. Zur Erhaltung der Leistungsfähigkeit Ihrer Mitarbeiter haben wir ein mehrstufiges Angebot entwickelt.

Alle Angebote haben den Fokus auf die Integration in den Arbeitsalltag und den Erhalt von Gesundheit und Leistungsfähigkeit, auf Stressreduktion und wertschätzenden Umgang miteinander.

Das Motto unserer Angebote:





**IGM
im
Unternehmen**

*Beratung
Training
Coaching*

**Gesund &
kreativ Tagen**

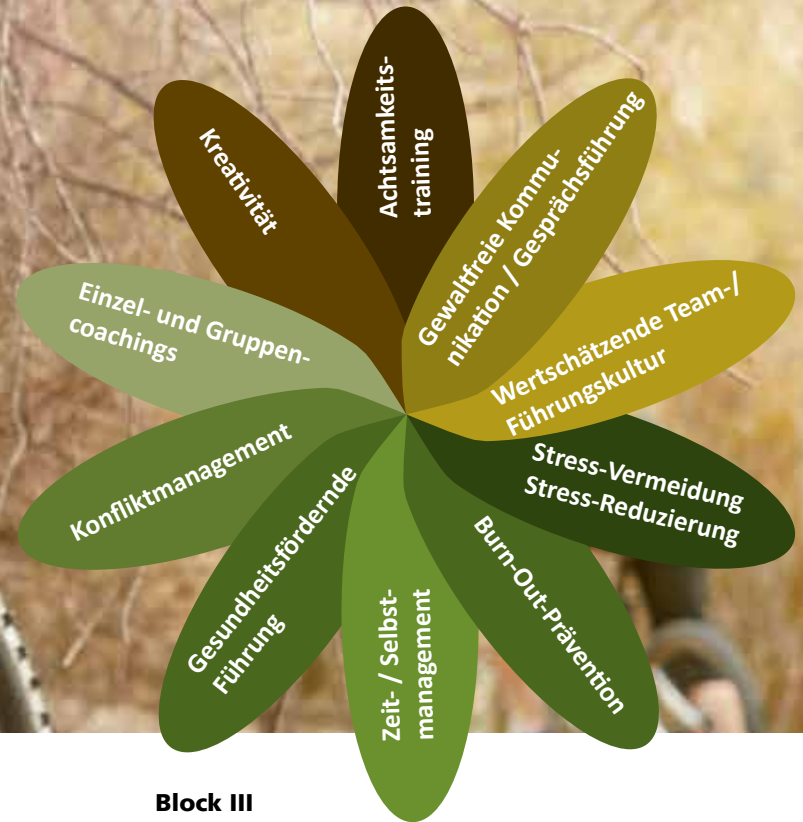
*Rahmen-
programme
Vorträge
Events
Incentives*

**Klassisches
Gesundheits-
Management:**

*Entspannung
Ernährung
Bewegung*

Die Gesunderhaltung Ihrer Mitarbeiter ist kein Luxus, sondern nützt Ihren Unternehmenszielen ganz unmittelbar. Vielfach ist es nicht leicht, ausgefahrene Wege zu verlassen und im Tagesgeschäft den Kopf frei zu machen für neue Ansätze. Dabei kennen wir die Konzepte durchaus aus dem Leistungssport. Damit ein Muskel wachsen kann, braucht er zwischendurch Ruhephasen. Damit ein Formel-1-Wagen auch bis zum Ende des Rennens durchhält, gibt es regelmäßige kurze Boxenstopps. Und gerade Marathonläufer wissen, wie wichtig es ist, dem Körper Auszeiten zu gönnen. Nur im Arbeitsalltag wollen wir das nicht wahrhaben.

Unser dreistufiges Angebot unterstützt Sie bei der Umsetzung.



Block I

- Prozessberatung und Projektbegleitung zur Einführung des Integrierten modernen Gesundheitsmanagements im Unternehmen
- Beratung für die Personalentwicklung / Konzeptentwicklung
- Einzelcoaching / Gruppencoaching
- Weiterbildungen durch Seminare und Workshops

Block II

- Weitere Angebote zur Unterstützung / Begleitung von Maßnahmen
- Gesund Tagen (Rahmenprogramme)
 - Vorträge / Infoveranstaltungen
 - Events / Incentives

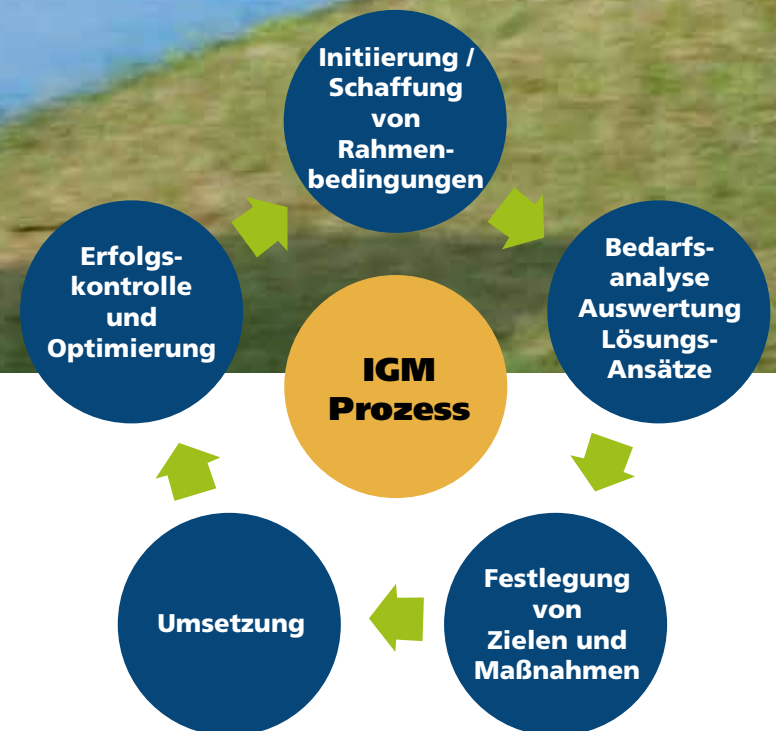
Block III

- Angebote zu weiteren Aspekten im klassischen Gesundheitsmanagement
- Entspannung
 - Ernährung
 - Bewegung
 - Achtsamkeit



Die positiven Effekte des Integrierten Gesundheitsmanagements

- erhöhte Leistungsbereitschaft von Führungskräften und Mitarbeitern
- Verbesserung der Leistungsfähigkeit und Erhalt bis ins Alter
- Mitarbeiter wirksam binden
- Erhöhung von Produktivität und Wirtschaftlichkeit
- Imageverbesserung erleichtert die Rekrutierung neuer Mitarbeiter
- Senken von Fehlzeiten
- erleichterte Wiedereingliederung
- bessere zwischenmenschliche Beziehungen optimieren das Kunden-Verhältnis
- hohe Identifikation mit dem Unternehmen und Loyalität zu diesem
- verbesserte Unternehmenskultur und Betriebsklima





Institut für Gesundheit mit Achtsamkeit
UG (haftungsbeschränkt)
Hauptstraße 114
79379 Müllheim
Telefon: +49 (0) 7631 9359230
Mobil: +49 (0) 170 9054362
www.institut-achtsamkeit.de
i.gueniker@institut-achtsamkeit.de



Silke Schoenheit
Kurt-Schumacher-Str. 8-10
15827 Blankenfelde

Telefon: +49 (0) 3379 20 58 44
Mobil: +49 (0) 179 290 34 96
www.das-coachingteam.net
s.schoenheit@das-coachingteam.net