

# ***„Wenn wir Etwas bewegen, bewegt es uns!“***

*Wollen Sie Ihr Wohlfühltempo entwickeln? Strategien ohne Muskelkater?*

*Erfolg mit Leidenschaft und Spaß? Es gibt keine Probleme- nur Lösungen!*



## **Mein Angebot für Ihre Gesundheitsförderung**

- ✓ Gesundes Zeit - und Stressmanagement
- ✓ Burn-out Prophylaxe: Gefahr erkannt- Gefahr gebannt
- ✓ Schweinehundtraining: Erfolgreiche und gesunde Zielerreichung
- ✓ Gesund Leben nach dem 3 L Prinzip: lebendig, lustvoll, leistungsfähig
  - ✓ Wege aus der Abhängigkeit :Workaholic, Alcoholic, Nicotinic, Essstörung
- ✓ Streiten mit positivem Ergebnis / Konfliktmanagement
- ✓ Kommunikationstraining: Feedback, Fehlerkultur, sympathisches Auseinandersetzen mit Ergebnissen
- ✓ Resilienz- und Ressourcen: Mehr Widerstandskraft im Arbeitsalltag
  - ✓ Wiedereingliederung nach langer Krankheit

## **Spezialangebot für Unternehmer und Geschäftsführung**

- Gesunde Visionen -Geschäftsführung ohne Herzinfarkt
- Unternehmerpersönlichkeit – Verantwortung und Delegation
- Stressresistente strategische und personelle Firmenausrichtung

*Rufen Sie einfach an oder schicken Sie eine Mail - für Ihre Fragen - für ein erstes Kennenlernen oder für einen Termin. Ich freue mich auf Sie!*

*Caroline Wienholt*

Dipl. Psychologin / Coach dvct / Fon: 0177/ 57 19 199 / Mail: [info@wienholt-coaching.de](mailto:info@wienholt-coaching.de)  
[www.wienholt-coaching.de](http://www.wienholt-coaching.de) / [www.coaching-development.de](http://www.coaching-development.de)