

## **Dauerstress? Ade! Ein Angebot zum Betrieblichen Gesundheitsmanagement (BGM)**

Betriebliches Gesundheitsmanagement ist ein wichtiges Thema für Arbeitgeber. Darunter zählen insbesondere Themen wie Prävention und Sensibilisierung für krankheitsfördernde Aspekte, wie z.B. Stress. Ein abwechslungsreiches und auch für die Mitarbeiter interessantes Angebot für eine Betriebliche Gesundheitsmaßnahme zu schaffen, ist für Arbeitgeber aber gar nicht so einfach.

Wir bieten Unternehmen ein unterhaltendes und gehaltvolles Programm für die betriebliche Gesundheitsvorsorge an. Ein Programm, das Ihre Mitarbeiter mit Themen wie Burnout, Stress und Stressbewältigung auf packende Art und Weise vertraut macht. Die Teilnehmer werden sensibilisiert Risikofaktoren wahrzunehmen und Präventionsmaßnahmen werden auf vielfältige Weise vorgestellt. Denn jeder Mitarbeiter ist individuell und die Stressproblematik hat immer eine persönliche und individuelle Ausrichtung.

Das Programm richtet sich sowohl an Betroffene und Gefährdete, als auch an Führungskräfte. Schließlich nehmen Stresserkrankungen immer mehr zu und führen oft zu Langzeiterkrankungen und sind dann mit immensen Folgekosten für die betroffenen Unternehmen verbunden.

### **Stellen Sie sich Ihr BGM-Angebot mit uns individuell zusammen.**

Wir bieten Ihnen die Möglichkeit verschiedene Präventionspakete/Angebote für Ihre Mitarbeiter zusammen zu stellen. Dies kann anschließend mit individuellen Coachings oder Workshops weiter begleitet werden. Es ist ebenfalls möglich, über einen Zeitraum von einigen Wochen verschiedene Angebote für Ihre Mitarbeiter anzubieten.

Das Theaterstück „Degustationsempfehlung für das Leben – Ein Stück über Burnout und andere Leidenschaften“ ist der Aufhänger, an das alle anderen Module angehängt werden können. Hier wird der pathologische Verlauf einer Burnout-Erkrankung in einer berührenden Art und Weise präsentiert, die einen nicht nur intellektuellen, sondern emotionalen Zugang zur Burnout-Problematik ermöglicht.

Als Alternative zum Theaterstück bietet Claudia Timpner einen szenischen Vortrag (ca. 45 Min) zum Thema Burnout: „Innenansichten eines Burnouts! Eine szenische Reflexion“ und wirft darin wichtige Fragen auf, die zur Selbstreflexion und eigenen Standortbestimmung einladen.

- 1) Das Theaterstück ca. 1 1/2 h mit anschließender Diskussion.
- 2) Das Theaterstück sowie individuell zusammengestellte Vorträge & Kurzworkshops
- 3) Das Theaterstück mit individuell zusammengestellten weiterführenden Maßnahmen über einen längeren Zeitraum (Coachings, LUXXprofile, vertiefende Workshops & Seminare, Meditation, Entspannungstraining, etc.)

**Wir sind ein Zusammenschluss** von einigen selbstständigen Coaches, Trainern, Therapeuten und Schauspielern, die sich dem Thema Gesundheitsvorsorge, Burnout-Prävention sowie Stressreduktion aus unterschiedlichen Perspektiven annähern.

**Für weitere Informationen und ein individuelles Angebot** sprechen Sie uns gerne an. Wir freuen uns auf ein persönliches Gespräch mit Ihnen.

**Claudia Timpner**

[www.theaterburnout.de](http://www.theaterburnout.de)

0179 59 75 834

&

**Felicia Latzel**

[www.flair-coaching.de](http://www.flair-coaching.de)

0176 24 35 70 58