

Online-Kurs „Wege aus der Stressfalle“



Quelle: Onlinekurs „Wege aus der Stressfalle“

- 8 Online-Module à 60 Min.
- Interaktives Begleitbuch zur nachhaltigen Verankerung
- Zertifiziert nach §20 SGB V gemäß Leitfaden Prävention
- Hoch bezuschusst von allen gesetzlichen Krankenkassen
- Ausgezeichnet mit dem Saarländischen Gesundheitspreis 2019



Gesundheitsmanagement im Unternehmen einfach UMDENKEN - Der Name ist das Programm

Ihre Mitarbeiter sind Ihr höchstes Gut! Zeigen Sie es ihnen!

So bleibe ich bei
Ihnen hängen



Ich arbeite auch mit
Privatkunden.

**Vertrauen beginnt
mit dem ersten Gespräch.**



**Sandra Molter – einfach UMDENKEN
Gesundheits- & Feelgoodmanagerin**

Daniel-Kühn-Straße 8
67724 Höringen
06302 - 92 33 582
0152 - 56 399 899

umdenken@sandra-molter.de
www.sandra-molter.de





Gesunde Mitarbeiter | motiviert | leistungsfähig

Ihr starkes Unternehmen!

Mein Programm: Seminare | Kurse | EinzelCoaching | Webinare | Vorträge



Gesundheitsförderung

- Resilienz
- Selbst- & Zeitmanagement
- Mentale Stärke
- Stressmanagement
- Online-Kurs
„Wege aus der Stressfalle“
(zertifiziert nach §20 SGB V)
- Feelgood-Management
- WOHL.FÜHL-Ernährung
- Achtsamkeit
- Entspannung
 - Autogenes Training
 - Progressive Muskelentspannung
 - ZENBO Balance Training



Gesundheitsmanagement

- Mitarbeiter-Zufriedenheit
- Mitarbeiter-Motivation
- Gesundheitsorientiertes Führen
- Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen



SeminarUrlaub | Auszeiten

- mit Persönlichkeitsentwicklung



Individuelles EinzelCoaching