

# Arbeitsbewältigungs-Coaching

Der Einzelne macht sich meist wenig Gedanken über **Gesundheit** – solange diese währt – und über das **Älterwerden im Beruf** – solange sie nicht spürbar wird.

Das persönliche, vertrauliche Arbeitsbewältigungs-Coaching unterstützt dabei, die **eigene Gesundheit im Arbeitsalltag** zu reflektieren und **Handlungsmöglichkeiten zur Erhaltung und Förderung** der persönlichen Gesundheit eigenständig zu definieren. Dabei stehen vor allem die Gestaltung der eigenen beruflichen Zukunft im Fokus sowie die mögliche Unterstützung seitens des Betriebes, um die Arbeit gut und gerne weitermachen zu können.

## HIER FINDEN SIE:

- Möglichkeit zur Reflexion Ihres Arbeitsalltags
- Unterstützung bei der Erhaltung und Förderung Ihrer Arbeitsfähigkeit
- konkrete Maßnahmen, wie Sie Ihre Gesundheit fördern können – für die Person und den Betrieb

## INVESTITION:

€ 190,- für 1 ½ Stunden Coaching (exkl. MwSt.)

## IHRE COACHES:

Mag.<sup>a</sup> Gabriele Adelsberger, MSc

- T +43 650 2288177
- gabriele.adelsberger@dieberaterinnen.com

Mag.<sup>a</sup> Claudia Muigg, MSc

- T +43 650 2834562
- claudia.muigg@dieberaterinnen.com



**DIEBERATERINNEN**