

# Vitale Mitarbeiter – gesundes Unternehmen

Stressmanagement zur betrieblichen Gesundheitsförderung



**STEUERFREI**

**PRAXISNAH**

**LÖSUNGSORIENTIERT**

Praxis für Psychotherapie

**Roswitha  
Birk-Becht**



# Gesunde und motivierte Mitarbeiter für Ihr erfolgreiches Unternehmen

- reduziert Krankenstand
- erhöht Arbeitszufriedenheit und -motivation
- steigert Produktivität

Unterstützen Sie Ihre Mitarbeiter bei der Prävention!

## **Monetärer Vorteil, der sich auszahlt**

Leistungen des Arbeitgebers werden bis zu einem Betrag von **500 Euro pro Arbeitnehmer grundsätzlich von der Steuer freigestellt.**

## **Mein Angebot:**

### **Präventionskurs nach § 20 und 20a SGB V**

(anerkannt gemäß validiertem Trainingsmanual von Prof. Gert Kaluza)

## **Seminar „Gelassen und sicher im Stress“**

**Wochenseminar** 10 x 90 Minuten oder

**Blockseminar** 2 Wochentage, 9-17 Uhr

Erfolgskontrolle nach 2-3 Monaten, 9-12.30 Uhr oder

**Inhouse Seminar** nach Anfrage

- Was ist Stress und wie entsteht er?
- Maßnahmen zur Stress- und Burnout-Prophylaxe
- Analyse des persönlichen Stress-Status
- Zeitmanagement- und Entspannungstechniken
- Aufbau der persönlichen Strategie zum Umgang mit Belastungen

Mehr Informationen zum Seminar und zu den Voraussetzungen der Steuerbefreiung finden Sie unter: [www.psychotherapie-birk-becht.de](http://www.psychotherapie-birk-becht.de)