

VOLLE KRAFT VORAUS!

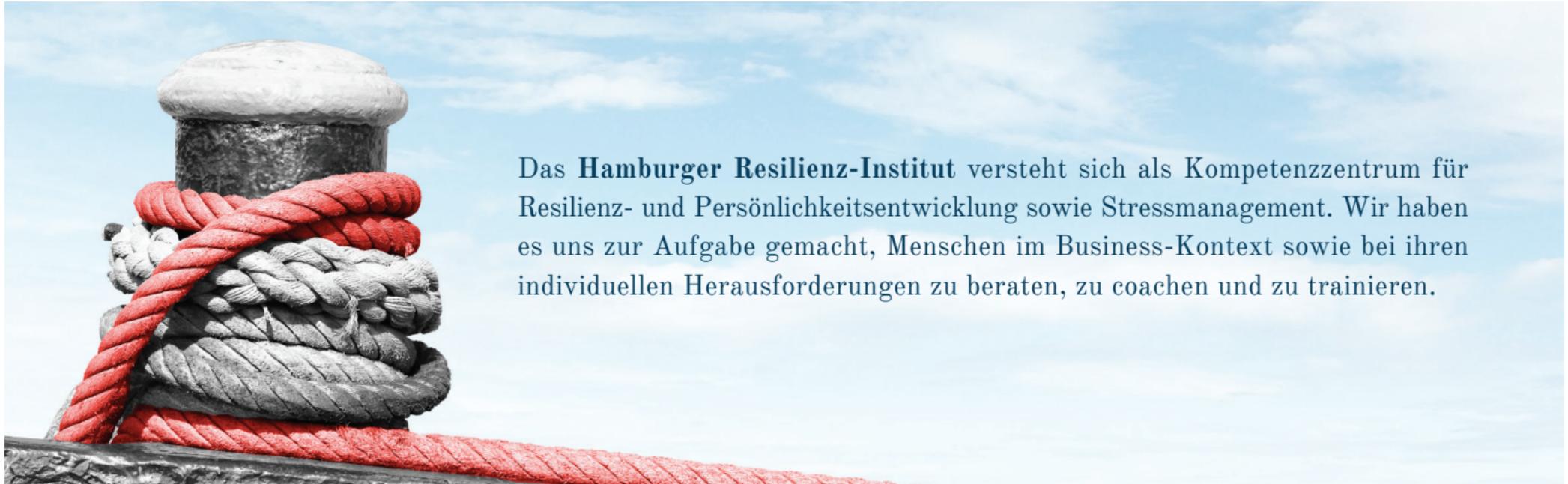
Mit Resilienz einen neuen Kurs einschlagen.





ÜBER DAS INSTITUT

Für eine ruhige Fahrt in bewegten Zeiten.



Das **Hamburger Resilienz-Institut** versteht sich als Kompetenzzentrum für Resilienz- und Persönlichkeitsentwicklung sowie Stressmanagement. Wir haben es uns zur Aufgabe gemacht, Menschen im Business-Kontext sowie bei ihren individuellen Herausforderungen zu beraten, zu coachen und zu trainieren.



RESILIENZ IM BUSINESS

Rückenwind für Ihre Mannschaft.

Die stetig wachsende Zahl von Burn-out-Fällen und von Fehltagen aufgrund psychischer Erkrankungen stellt eine zunehmende Herausforderung für die Gesellschaft und die Unternehmen dar. Der positive Einfluss von Resilienz-Trainings und gesunder Führung kann dieser Entwicklung entgegenwirken.

Wir bieten **Workshops, Trainings** und **Coachings** für Führungskräfte und Mitarbeiter, wir informieren und sensibilisieren in **Impuls-Vorträgen** und bieten **individuelle Beratungsangebote** in Change-Prozessen an.



INDIVIDUELLE RESILIENZ

Aufwind für Ihre Persönlichkeit.

Ständige Erreichbarkeit! Keine Schwächen zulassen! Wer sich ausschließlich an den Maximen unserer schnelllebigen Gesellschaft orientiert, baut nicht nur körperlich, sondern auch seelisch ab. Übernehmen Sie wieder das Ruder und lernen Sie Ihre Antreiber, Stressoren und Ressourcen kennen.

Wir machen Sie stark für Ihre individuellen Herausforderungen – im Beruf, im Privatleben, im Umgang mit der eigenen Persönlichkeit. Als Lotsen begleiten wir diese Reise durch **Coachings, Seminare** und **Fortbildungen**.



WIR SIND FÜR SIE DA!

Machen Sie die Leinen los. Wir begleiten Sie auf Ihrem Weg zu mehr mentaler Stärke und innerer Balance.

HAMBURGER

RESILIENZ
INSTITUT

Harvestehuder Weg 49 | 20149 Hamburg

Telefon: +49.40.41 62 35 20

info@hamburger-resilienz-institut.de

www.hamburger-resilienz-institut.de



Susanne Jess & Christina Stenglein
