DiaLogos®
Unternehmensberatung GmbH

Gesundheitscoaching – der Weg zur persönlichen Lebensenergie und Lebensbalance

Der bestmögliche Einsatz Ihrer persönlichen Ressourcen (Bewegung, Ernährung, Schlaf, Entspannung) hängt nachweislich von Ihrem körperlichen und seelischen Wohlbefinden ab. Deshalb ist es notwendig, sich mit dem eigenen Gesundheitsbewusstsein auseinanderzusetzen, sich zu beobachten und dadurch Stressphänomene im eigenen beruflichen Alltag zu erkennen, um entsprechende Handlungen und Veränderungsschritte vornehmen zu können.

Coachinginhalte

- Einstiegscheck-up & individuelle Zielbestimmung
- DIALOGOS Screening Gesundheitsbewusstsein & Contracting
- Bei Bedarf persönliches medizinisches Risikoprofil
- Maßnahmenplanung & Stressbewältigungsprogramm
- Sinn & Werte im Leben
- Energiebilanz & Zufriedenheitscheck
- Achtsamkeit & Nachhaltigkeit als Lebenshaltung

Termine & Dauer:

Nach Vereinbarung

Durchführungsort:

Zentrum für Transformationalen Dialog, DIALOGOS Unternehmensberatung GmbH
Hasenfeldstraße 7 B, A – 6890 Lustenau

Kosten:

€ 150,00 + 20% MwSt. pro 60 min Einheit
€ 270,00 + 20 % MwSt. einmalig für DIALOGOS Screening Gesundheitsbewusstsein

Gesundheitscoach

Lydia Romanos-Hofer
oder Mag. Arnaldo Romanos-Hofer

Hasenfeldstraße 7b
A-6890 Lustenau
T +43 (0) 55 77 85 101
F +43 (0) 55 77 85 230
office@dialogos.at
www.dialogos.at

DiaLogos®
Unternehmensberatung GmbH

ANMELDUNG

Hiermit melde ich mich zum „Gesundheitscoaching“ an:

Firma _____

Name _____

Adresse _____

Telefon _____

E-Mail _____

Ort, Datum Unterschrift

Bitte senden Sie Ihre Anmeldung per Fax an: **+43 (0)5577 85230**
Oder rufen Sie uns zwecks Terminvereinbarung an: **+43 (0)5577 85101**

Lydia Romanos-Hofer, Geschäftsführende Gesellschafterin,
DIALOGOS Unternehmensberatung GmbH

Hasenfeldstraße 7b
A-6890 Lustenau
T +43 (0) 55 77 85 101
F +43 (0) 55 77 85 230
office@dialogos.at
www.dialogos.at