

Präventiv | Nachhaltig | Lebensstiländerung

Eine Gesundheitsförderungsmaßnahme muss dazu führen, dass die teilnehmenden Mitarbeiter tatsächlich ihren Lebensstil ändern und fortan gesundheitsbewusster leben. Genau dies bewirkt unser Coachingkonzept. Und das zu sehr günstigen Konditionen. Da es zudem bei bis zu 1.000 Mitarbeitern parallel einsetzbar ist, sind schnelle Breitereffekte garantiert. Unser Angebot ist daher einzigartig im Markt.

Zudem kann das Coaching mit anderen Gesundheitsförderungsmodulen kombiniert werden. Zum Beispiel mit einem Motivationsvortrag von Dr. Dr. Despegel, speziellen Gesundheitstrainings, hochwertigen Checkups für Führungskräfte oder mit breitflächigen Gesundheitscreenings vorab.

Das Procedere bei unseren Coachings:

1. Zunächst erfolgt ein umfassender Gesundheits-Checkup der Teilnehmer.
2. Auf Basis der Checkup-Ergebnisse entwickeln wir für jeden Teilnehmer ein individuelles Coachingprogramm, das auf den Gesundheitssäulen Ernährung, Bewegung, Kraft und Entspannung basiert und sich an der jeweiligen Zielen des Teilnehmers orientiert.
3. Die personenbezogenen Daten unterliegen selbstverständlich dem Datenschutz.
4. Jeder Teilnehmer erhält einen persönlichen Coach, der in der ganzen Zeit für ihn verfügbar ist.
5. Die Coaching- und Beratungszeit pro Teilnehmer beträgt bis zu 360 Minuten.
6. Alle von uns eingesetzten Coaches sind kompetent und speziell für diese Aufgabe qualifiziert.
7. Die Coachingdauer beträgt in der Regel 12 Wochen, sie kann aber auf Wunsch auch verlängert werden.
8. Das Coaching erfolgt in einem fest gelegten Rhythmus per Telefon, Fax und E-Mail.
9. Auf Wunsch erfolgt abschließend eine Evaluation der Coachingeffekte.

Übrigens: Das Coachingprogramm eignet sich auch für Bewegungsmuffel, Fastfoodliebhaber oder Menschen mit sehr wenig Zeit.

Die positiven Effekte für die Coachees sind: messbar verbesserte Fitness, deutliche Stärkung der Regenerations- und Leistungsfähigkeit, Minimierung von Gesundheitsrisiken, Maximierung der Lebensqualität. Die positiven Effekte für Unternehmen: reduzierte Fehlzeiten, höhere Produktivität, engagiertere Mitarbeiter.

Gern stellen wir Ihnen die Details des Coachingprogramms vor und besprechen mit Ihnen, wie Sie es sinnvoll in Ihr betriebliches Gesundheitsmanagement integrieren können.

Despegheh & Partner - Gesundheits-Consulting - Training - Coaching: Coaching

Kontakt: Tel.: 02235 – 952150 oder  welcome@despegheh-partner.de