



RUNDUMBERATUNG

Leben & Arbeit

BERUFLICHE EINGLIEDERUNG
ELBST- & STRESSMANAGEMENT
LIFE-COACHING



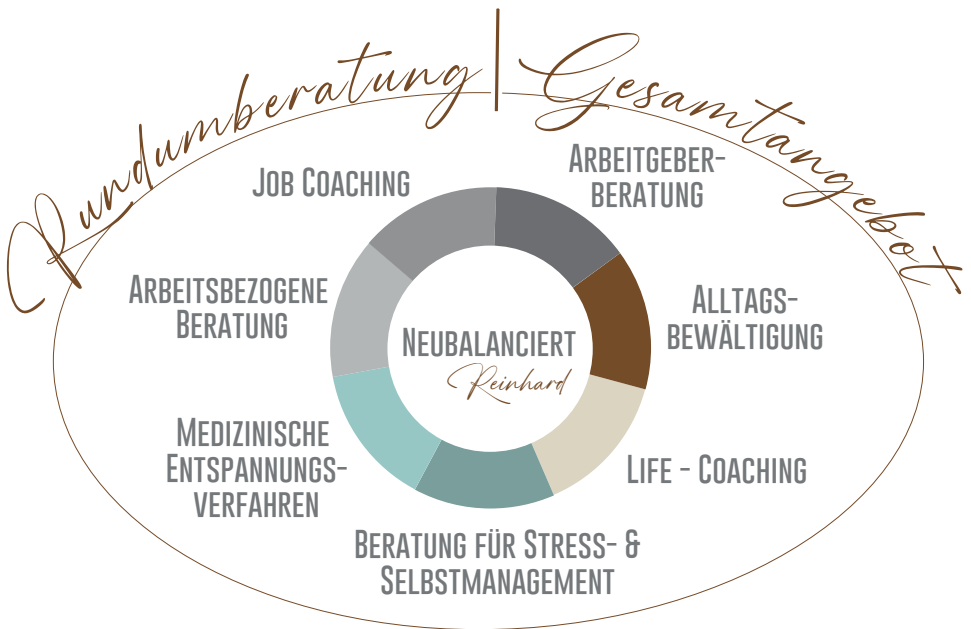
BERATUNG & *Begleitung*

für Betriebe | Firmen



- STÄRKUNG DER GESUNDHEIT IM BETRIEB
- PRODUKTIVITÄT | LEISTUNGSFÄHIGKEIT | LEISTUNGSBEREITSCHAFT
- QUALITÄT | QUALITÄTSMANAGEMENT
- ARBEITSKLIMA | TEAMARBEIT
- ARBEITZUFRIEDENHEIT | LOYALITÄT
- BETRIEBLICHER ERFOLG | WACHSTUM





ARBEITSBEZOGENE BERATUNG

- Arbeitsplatzerhalt
- Arbeitsbewältigung | Lernhilfen
- Arbeitsplatzanpassungen
- Arbeitszufriedenheit
- Arbeitsklima

JOB COACHING

- Berufliche Eingliederung
- Berufswahl
- Bewerbungsstrategien
- Lehrstellen- & Jobsuche
- Neuorientierung

ARBEITGEBER-BERATUNG

- Betriebliche Gesundheitsförderung
- Workshops zu Stressmanagement
- Individuelle Beratung und Begleitung einzelner Mitarbeitenden | Vorgesetzte

ENTSPANNUNGSVERFAHREN

- med. Progressive Muskelentspannung
- med. Autogenes Training
- med. Achtsamkeits-Interozeption®

ALLTAGSBEWÄLTIGUNG

- Selbstorganisation
- Planungs- & Strukturfähigkeit
- Haushaltsmanagement
- Wohnungsumstrukturierung
- Freizeitgestaltung

LIFE-COACHING

- Persönlichkeitsentwicklung
- Stärkung von Selbstvertrauen, Selbstwert & Selbstsicherheit
- Soziale Einbindung | Soziale Kompetenz
- Selbstfürsorge | Lebensqualität

STRESS- & SELBSTMANAGEMENT

- Ressourcenaktivierung
- Stressmanagement
- Belastungsbewältigung
- Mentaltraining
- Problemlösetraining
- Entspannungs- & Genusstraining

ANGEBOT FÜR BETRIEBE

BETRIEBLICHE GESUNDHEITSFÖRDERUNG & BERATUNG

Mit präventiven Massnahmen gesundheitsbedingte Betriebskosten senken und Produktion steigern.



WORKSHOPS | KURSE

Die Gesundheit der Mitarbeitenden und deren wiederkehrenden Schwankungen beeinflussen direkt die Arbeit und wirken sich auf den gesamten Betrieb aus. Die Workshops fokussieren auf eine gewinnbringende Stressbewältigung & Stressmanagement am Arbeitsplatz und darüber hinaus.

- zu Stress und deren Folgen
- Einflussfaktoren für Stress
- Mentales Training
- Belastungsbewältigung, Entspannungs-, Genuss- & Problemlösungstraining
- weitere Kursthemen in Absprache



INDIVIDUELLE BERATUNG & BEGLEITUNG

Ihnen liegt ein Mitarbeiter am Herzen, aber er bringt aktuell nicht die geforderte Leistung aufgrund psychosozialer Schwierigkeiten oder Herausforderungen im Betrieb? Gerne begleite ich die betroffene Person individuell und koordiniere alle anstehenden Aufgaben und involvierten Personen.

Weitere mögliche Unterstützung...

- Wiederaufnahme der Arbeit nach Krankheit
- Arbeitserhalt
- Arbeitsplatzanpassungen
- Lernhilfen für Arbeitsabläufe
- arbeitrelevante Belastungen bewältigen
- Verbesserung der Zusammenarbeit zwischen Vorgesetzten und Mitarbeitenden

Nutzen sie das Angebot zur Prävention, zur Verbesserung des Betriebsklimas oder der Gesundheit einzelner.



METHODEN | ARBEITSWEISE

Mit ansprechenden Präsentationen übermittle ich wichtige Informationen, wie Mitarbeitende für ihre Gesundheit sorgen können. Die Unterstützungsangebote biete ich, je nach Auftrag, in Ihrem Betrieb, Draussen in der Natur oder in meinem Büro an. Die Methoden in der Beratung sind vielfältig. Von Analysen mithilfe von Fragebogen, Aufstellungsarbeit, Bildarbeit oder Arbeit mit dem Körper in der Entspannung oder in Bewegung.

Die Form der Begleitung lehnt sich u. a. an systemische Grundwerte, die lösungsorientierte Kurztherapie, Psychologische Beratung und Werte von Supported Employment. Ich biete Entlastung bei Überforderung, Begleitung in Krisen, gebe bei Unklarheit Informationen in Form von Coaching und berate dort, wo es darum geht eigene Lösungen zu entwickeln.



JASMIN REINHARD

Seit über 12 Jahren darf ich Menschen in schwierigen Lebenslagen begleiten. Ich habe langjährige Erfahrung in der beruflichen Eingliederung von Menschen mit gesundheitlichen Einschränkungen und in der Beratung.

2022 gründete ich meine eigene Firma „Neubalanciert-Reinhard“ mit einem breiten Beratungsangebot für Jugendliche, Erwachsene und Betriebe. Daneben übernehme ich Mandate im begleiteten Wohnen, in der beruflichen Eingliederung über die IV und als Satellitenpartner/Jobcoach für Menschen mit Handicap.

Ich liebe die Abwechslung und sehe mich als flexibel und kreativ. Wichtig ist mir in der Begleitung die Individualität. Meine facettenreichen Fähigkeiten erlauben es, eine umfassende Dienstleistung anzubieten, um jederzeit dort zu unterstützen, wo es gerade brennt. Dabei beziehe ich alle nötigen Akteure mit ein und vernetze bei Bedarf.

„Erfolg ist für mich, wenn die Zusammenarbeit neue Wege eröffnet und das Beschreiten beginnt.“



NEUBALANCIERT- REINHARD



Nordstrasse 11a
4542 Luterbach



076 494 54 56
(telefonisch, per Whatsapp oder SMS)



neubalanciert-reinhard@hin.ch



Melde Dich bei mir oder schaue dir meine weiteren Angebote und aktuellen Kurse auf meiner Homepage an.

neubalanciert-reinhard.ch



RUNDUMBERATUNG

Leben & Arbeit

BERUFLICHE EINGLIEDERUNG
SELBST- & STRESSMANAGEMENT
LIFE-COACHING