

# Brigitte Fux-Meyer

Praxis für Autogenes Training und Praktische Psychologie

Wo Work-Life-Balance gelingt und Begeisterung beginnt!

## Kurse, Seminare, Workshops und Mittagsveranstaltungen Für Firmen, Betriebe und Institutionen

### ANGEBOT

- Kurse für das betriebliche Gesundheitsmanagement
- Workshops zur Gesundheitsförderung, Stressprävention und Förderung stabiler, gesunder, resilienterer Mitarbeitender
- Seminare zur Persönlichkeitsentwicklung, Kommunikation und Förderung der Selbstwirksamkeit
- Ganzheitliches Schulungs- und Entwicklungsangebot zur Förderung des physischen, seelischen und sozialen Gleichgewichts
- Schulung in einer lernfördernden, wertschätzenden, erfolgsorientierten Atmosphäre

### SINN UND ZWECK

- Gesundes, verantwortungsbewusstes und selbstbestimmtes Verhalten von Mitarbeitenden und Vorgesetzten fördern
- Kundenorientierten, achtungsvollen, wertschätzenden und professionellen Umgang mit Kunden, Partnern und innerhalb des Teams fördern und kultivieren
- Persönliche Wirkung, Selbstwirksamkeit, Erfolgsorientierung und kommunikative Stärken bewusst machen, weiter fördern und stärken

### NUTZEN

- Ausfallkosten infolge Krankheit und Stress senken
- Absenzen und Ausfälle reduzieren
- Mitarbeiterzufriedenheit fördern
- Resilienzfähigkeit von Mitarbeitenden stärken
- Stressresistenz und persönlicher Energiehaushalt optimieren und stabilisieren
- Gesundheitsbewusstes Verhalten fördern
- Leistungs- und Belastungsfähigkeit stärken

**Oberdierikerstrasse 53 · 6030 Ebikon · Telefon: 041 340 67 05**

**Homepage: [www.emindex.ch/brigitte.fuxmeyer](http://www.emindex.ch/brigitte.fuxmeyer) · E-mail: [brigitte.fuxmeyer@bluewin.ch](mailto:brigitte.fuxmeyer@bluewin.ch)**

dipl. Lehrerin für Autogenes Training · dipl. psychologische Beraterin SGPH

dipl. Hypnose-Therapeutin DGHT

Mitglied VPT - Dachverband Persönlichkeitstrainer/innen

Mitglied der Deutschen Gesellschaft für Hypnose-Therapie DGHT