

# Ønsker I mere værdi?

*Fravær kan mindskes. Stress og sygemeldinger kan forebygges. Er skaden sket, kan jeg gennem coaching og terapi, støtte medarbejderen til at komme tilbage til arbejdspladsen, finde arbejdsevnen og arbejdsglæden. Ofte er en sygemelding ikke aktuel, hvis der ydes hjælp nu og her.*

I dag er mange i berøring med **stress, kræft, sorg, skilsmisse**, etc. Livskriser og symptomer kan ramme hårdt, som syg eller pårørende.

Ofte har det en **effekt på medarbejderens arbejdsevne**. Jeg ved, at når et menneske høres i det der er svært – får et åndehul og støttes igennem udfordringer i livet, så er mennesket hurtigere til at komme videre på en positiv måde. Netop derfor **tilbyder jeg samtaler/forløb med henblik på at skabe værdi for både virksomheden og medarbejderen. En ren win-win situation.**

Med nærvær, støtte og de mange værktøjer jeg arbejder med, kan jeg få **medarbejderen hurtigere tilbage til arbejdet** og tilbage til livet. Jeg kan skubbe på til en positiv forandring eller accept af livssituationen.

**Når vi bliver hørt, er vi mere motiveret for at gøre noget – inklusiv at passe vores arbejde.**

**Min vision** er at støtte mennesker i alle livets forhold til at tackle kriser og fastholde et sundt og meningsfuldt arbejdsliv, samt at give arbejdsgiver mulighed for at **opnå forbedret renommé, arbejdsmiljø og øget indtjening.**

**Min mission** er at hjælpe mennesker til alles bedste via coaching og terapi. Via en aktiv indsats, kan jeg skabe en positiv forandring når kriser/sygdom opstår. **Resultatet bliver at mindske sygdom og fraværssdage på jobbet.**

Jeg har tavshedspligt ift. arbejde med klient/medarbejderen.

Jeg er coach & terapeut med egen praksis i Galten. Jeg er uddannet integrativ – betydende at jeg har mange forskellige værktøjer at tilbyde. Jeg ved, at ikke kun én teknik passer til alle og jeg tilpasser derfor mit arbejde, så det passer til netop den person jeg sidder overfor. Jeg tror på, at coaching og terapi, samt forandring, kan foregå i lethed, nærvær og glæde. Jeg ser frem til at skabe værdi for dig!

Jeg tilbyder:

- 8-12 ugers forløb (stress, kriser, sygdom)
- Forebyggende coaching samtaler (presset hverdag)
- Udviklingssamtaler (mål, strategi, planlægning, ønsker)
- Individuelle samtaler



**Fravær fra jobbet kan forebygges**

**Positiv forandring skaber livs- og arbejdsglæde**

**Trivsel handler om det hele menneske... når det hele menneske fungerer skaber det værdi for alle**

# Priser

## Samtaler

8 samtaler	kr. 10.000,-
12 samtaler	kr. 13.700,-
1-5 opfølgningssamtaler á	kr. 1.000,-

alle priser er ekskl. moms

Alle samtaler er af 50-60 minutters varighed.

Individuel coaching/terapi i min klinik i Galten, se priser for private på [www.coachogterapeut.dk](http://www.coachogterapeut.dk)

## Kørsel

Ved kørsel indenfor en radius af 50 km fra min bopæl	kr. 150,- pr. møde
Ved kørsel udenfor en radius af 50 km fra min bopæl dog max 100 km fra bopæl	kr. 300,- pr. møde

alle priser er ekskl. moms

**Kontakt mig også gerne ved ønske om foredrag  
(Varighed ca 1-2 timer) ex. om:**

Livskvalitet  
Selvværd  
Stress

*I nærvær og lethed  
skabes forandring*

**Moment Coach & Terapeut**

v/Trine Theilmann

[Trine@coachogterapeut.dk](mailto:Trine@coachogterapeut.dk)

Mobil 60 56 40 76

Elværksvej 18, 8464 Galten

[www.coachogterapeut.dk](http://www.coachogterapeut.dk)

