

“ME-Vital”

(Mental - Emotional - Vital)

Inhouse-Coaching für psychisches Wohlbefinden und Vitalität



Warum ME-Vital?

Unsere Arbeitswelt ist im Wandel: Künstliche Intelligenz, neue Generationen im Team und globale Unsicherheiten fordern uns alle heraus. Das psychische Wohlbefinden Ihrer Mitarbeitenden ist ein entscheidender Erfolgsfaktor für das Meistern der alltäglichen Herausforderungen. Gerade jetzt ist es wichtig, dass Menschen im Unternehmen nicht nur funktionieren, sondern sich wohlfühlen, gesund bleiben und gemeinsam wachsen.

ME-Vital – mental gesunde & leistungsfreudige Teams

ME-Vital ist ein fortlaufendes, individuell zugeschnittenes Inhouse-Coaching-Angebot für Mitarbeitende, das gezielt die mentale Kraft, emotionale Balance und das psychische Wohlbefinden insgesamt positiv befördert.

Ich arbeite nah an den Menschen, mit offenen Ohren, ehrlichem Feedback und Methoden, die sofort im Alltag wirken. So finden wir heraus, was Sie und ihr Team wirklich brauchen, um Herausforderungen gelassen zu meistern und Potenziale zu (re-)aktivieren – spürbar, messbar und nachhaltig.

Ihre Vorteile auf einen Blick:

- **Gesunder Unternehmenserfolg:** Reduzierte Ausfallzeiten sichern nachhaltige Leistungsfreude.
- **Gutes Betriebsklima:** eine Atmosphäre des Vertrauens schafft ein starkes Miteinander.
- **Stärkere Bindung** - auch in bewegten Zeiten
- **Potenzientfaltung:** Aktivieren und (re)aktivieren Sie die Talente und Ressourcen
- **Sicherheit:** mehr Stabilität und Klarheit im Arbeitsalltag.
- **Arbeitgeberattraktivität:** ein moderner, fürsorglicher Arbeitgeber - ein Pluspunkt im Wettbewerb.
- **Rechtssicherheit:** Verbesserte Ergebnisse in der psychischen Gefährdungsbeurteilung (§5 ArbSchG.)

(Re)connect potentials



So funktioniert's

- **Individuelle Anpassung:** Coachingzeiten und -formate werden flexibel abgestimmt.
- **Ganzheitlicher Ansatz:** für alle Mitarbeitenden – vom Azubi bis zum Vorstand.
- **Praxisstark & nachhaltig:** lösungsorientierte, alltagstaugliche Handlungspläne für wirksame und messbare Ergebnisse.

Mit ME-Vital stärken Sie die Basis für ein vitales, motiviertes und leistungsfreudiges Team. Denn wenn Menschen sich gesehen fühlen entsteht eine Unternehmenskultur, die begeistert – das macht sich auch im Geschäftserfolg bemerkbar.

Kontakt:

www.kathrinbartholomae.com | kathrin@kathrinbartholomae.com | 0176 616 996 42