

## **Gesundheit: Die Investition in Ihre berufliche und ganz persönliche Zukunft**

Gesund sein, gesund werden, gesund bleiben bis ins hohe Alter – träumen auch Sie davon?

Gesund bleiben im Beruf – bei allen Belastungen der heutigen Zeit?

Finden Sie Ihren persönlichen Weg, der Ihre Wünsche zum erreichbaren Ziel macht!

### **Gesundheit bis ins hohe Alter – ein Traum?**

Wer wünscht sich nicht, gesund zu sein und zu bleiben bis ins hohe Alter?

Doch was begegnet Ihnen im beruflichen und privaten Alltag wirklich? Immer häufiger klagen Menschen über Kopfschmerzen, Migräne, Rückenbeschwerden. Die Zahl der Depressionen und anderer psychischer Erkrankungen nimmt weiter zu. Welche gesundheitlichen Aussichten hat ein stressgeplagter Manager bzw. Managerin heute noch: Bluthochdruck, Herzinfarkt, Schlaganfall, Hörsturz, Burn-Out-Syndrom. Immer mehr jüngere und junge Menschen sind betroffen!

Wen wundert es bei den heutigen Veränderungen im Arbeitsleben und den damit verbundenen teilweise extrem erhöhten Anforderungen an Ihr Leistungsvermögen, Ihre Flexibilität und Ihre Toleranz? Körper und Geist fahren ständig auf Hochtouren!

Doch der Mensch ist immer noch Mensch – kein Maschinenteil, das verschleißt und entsorgt werden kann. Die Arbeitskraft Mensch ist mehr als nur die Funktionalität des Körpers. Die Einheit von Körper, Geist und Seele macht die Einzigartigkeit jedes Menschen aus. Niemand kann auf Dauer ungestraft Körper und Seele voneinander trennen. Diese Trennung ist das, was krank macht!

Körper, Geist und Seele in Einklang miteinander, das bedeutet körperliche und psychische Grenzen zu erkennen und zu akzeptieren – was nicht immer leicht ist. Aber gerade diese Übereinstimmung ist es, die Ihnen ein bisher ungeahntes Potenzial an Fähigkeiten erschließt und überzeugende, authentische und konstante Leistungen ermöglicht und das ohne krankmachende Nebenwirkungen. Damit bleibt Gesundheit bis ins hohe Alter kein Traum mehr!

Das gilt für Führungskräfte wie für Mitarbeiter: Ein Arbeiten und Leben im Einklang von Körper, Geist und Seele sind die beste Prophylaxe und Therapie für jegliche Art von Gesundheitsstörungen. Wohl dem Unternehmer, der dies erkennt sowie auch das Potenzial, das sich für ihn selbst und für seine Angestellten daraus ergibt!

### **Wir begleiten Sie auf Ihrem Weg dorthin**

Mit unseren Seminaren zum Themenschwerpunkt „Gesundheit und Beruf“ eröffnen wir Ihnen auf diesem Weg völlig neue Möglichkeiten und Zukunftsaussichten: Führungskräfte und Mitarbeiter, die auf der Basis von körperlicher Gesundheit, emotionaler Ausgeglichenheit und Freude an der Arbeit die besten Voraussetzungen haben, optimale Leistungen zu erbringen.

Arbeitnehmer, die sich auf diese Weise ernst genommen und akzeptiert fühlen, werden motivierter und erfolgreicher. Sie arbeiten mit weniger Ausfallzeiten, halten Ihnen und Ihrem Unternehmen länger die Treue und stellen ihr Wissen, ihre Fähigkeiten und ihr Leistungsvermögen bereitwillig zur Verfügung. Sie fühlen sich einfach wohl, arbeiten gern und mit Freude. Ob Manager, potenzielle Führungskraft, Angestellter oder Wiedereinsteiger

in den Beruf – bei uns finden Sie verschiedene Angebote je nach Zielgruppe oder Gesundheitsschwerpunkt.

Begleitet werden Sie von



**Carsten Gaede:**

Personalentwickler, Trainer und Coach mit langjähriger Erfahrung in der Beratung und Begleitung von Unternehmern



**Susanne Gaede:**

Ärztin, Trainer und Coach mit vielfältiger Erfahrung in der Schul- und Ganzheitsmedizin.

Bei unseren Gesundheitsseminaren legen wir besonderen Wert auf das persönliche Ambiente, auf deren individuelle Durchführung mit begrenzter Teilnehmerzahl und entsprechend vorhandener Zeit für Einzelcoachings. So bieten die meist 2-Tagesseminare viel Raum für persönliches Arbeiten und Entspannen sowie vielfältige Anregungen und Wegweisung für einen bewussteren Umgang mit vorhandenen eigenen Potenzialen zur Gesunderhaltung und –wiederherstellung. Bei Bedarf stehen wir gern für weitere Coaching-Gespräche und zu Ihrer persönlichen Gesundheitsbegleitung zur Verfügung.



**Gesprächsraum**

### **Was finden Sie noch bei uns?**

Politisch ganz aktuell ist auch unser Seminarangebot „[Der erfolgreiche Weg zum Nichtraucher am Arbeitsplatz und darüber hinaus](#)“!

Sie als Unternehmer wissen um die Ausfallzeiten durch Raucherpausen während der Arbeitszeit sowie den Arbeitsausfall durch Folgeerkrankungen, aber auch um die psychische

Labilität der Nikotin-Abhängigen sowie deren Folgen für Ihr Unternehmen. Verschiedene Techniken und Trainings bieten oft nicht den versprochenen Erfolg, sie können unterstützen, beachten aber meist nicht die Einheit von Körper und Seele, die auch bei der Problematik des Nichtraucherwerdens von grundlegender Bedeutung ist. Unsere individuelle Begleitung im Seminar und den dazugehörigen Einzelcoachings ermöglicht es, das Übel bei der Wurzel zu packen und dauerhaft zum Nichtraucher zu werden!

### **Haben wir Interesse geweckt?**

Möchten auch Sie für sich persönlich oder für Ihre Angestellten diese Chance wahrnehmen? Möchten Sie Wege entdecken, die Ihnen Gesundheit, Wohlbefinden, konstante Leistungsfähigkeit und Zufriedenheit im Beruflichen und Privaten bis ins Alter ermöglichen?

### **Unser besonderes Angebot für Mitglieder des WTC ist ein Seminarrabatt von 10%!**

Besuchen Sie unsere Homepage unter [www.DASGAEDECENTRUM.de](http://www.DASGAEDECENTRUM.de), die Ihnen detaillierte Informationen zum Gaede Centrum und zu unseren Seminaren bietet.

Ihr Anruf erreicht uns unter der Telefonnummer **0214 - 4 0000 65**.

**Wir freuen uns auf Sie!**



# DAS GAEDE CENTRUM

FÜR GANZHEITLICHE LEBENS – UND GESUNDHEITSBEGLEITUNG

Am Kiesberg 23 51377 Leverkusen

Tel. 0214 – 4 0000 65 [www.DASGAEDECENTRUM.de](http://www.DASGAEDECENTRUM.de)

### **JETZT AUCH IN KÖLN:**

**Das Gaede Centrum**  
**Coaching für Gesundheit und Beruf**  
Obenmarspforten 7 – 11  
50667 Köln

Tel. 0221 – 277 267 54