



INVENTIO

Mediation · Seminare ·
Coaching · MBSR

INVENTIO Christina Sprenger
Forellenweg 5
30890 Barsinghausen

Fon: (05105) 80 94 324
Fax: (05105) 80 94 325
Mobil: (0179) 94 07 530
Email: c.sprenger@cs-inventio.de
Web: www.cs-inventio.de

Jahrgang 1972, Diplom Sozialpädagogin, Achtsamkeits- und MBSR-Lehrerin, Mediatorin, langjährige Berufserfahrung als Sozialpädagogin und Führungskraft im Bereich Beratung, BGM, Mediation und Coaching, freiberufliche Tätigkeit als Mediatorin, Coach und Trainerin.

Achtsamkeit, Freude an der Begleitung von Menschen und das gemeinsame Entwickeln neuer Perspektiven bilden die Grundlagen meiner Tätigkeit.



INVENTIO

Mediation · Seminare · Coaching · MBSR

ACHTSAMKEIT am Arbeitsplatz

... achtsame
Unternehmenskultur...



INVENTIO

Mediation · Seminare · Coaching · MBSR

Achtsamkeit

FÜR UNTERNEHMEN

Die Gewinnung, Förderung und Entwicklung von Leistungsträgern gewinnt für Unternehmen, Organisationen und Verwaltungen an Bedeutung. Der Wandel am Arbeitsmarkt und die permanente Verkürzung der Halbwertszeit von Wissen fordert einen verstärkten Einsatz von Arbeitgeber*innen, die Kompetenzen der Mitarbeiter*innen auszubauen.

FÜR ARBEITNEHMER*INNEN

Zunehmende Arbeitsverdichtung, viele Informationen, schnelle Veränderungsprozesse, kontinuierlicher Zeitdruck, dies sind nur einige Gründe warum es in vielen Firmen und Organisationen zu einer drastischen Zunahme von Stress für den Einzelnen und für ganze Teams kommt.

Achtsamkeitsbasierte Verfahren bieten eine wirkungsvolle Möglichkeit Stress- und Belastungssituationen besser zu bewältigen, die gesundheitliche Selbstfürsorge zu verbessern und Zufriedenheit, Kreativität und Selbstverantwortung zu stärken.



Aktuelle Informationen über Kurse, Termine, Veranstaltungen und weitere Angebote bekommen Sie auf meiner Homepage oder per Telefon oder E-Mail.

ANGEBOTE

Ich biete in den Bereichen Gesundheitsmanagement, Prävention, BEM und Personalentwicklung verschiedene Formate für Organisationen und Unternehmen an. Die Angebote richten sich an Fach- und Führungskräfte, Mitarbeiter*innen und Ehrenamtliche.

Meine Kurse sind von der zentralen Prüfstelle für Prävention zertifiziert und können von den Krankenkassen bezuschusst werden.

FORMATE

Die praktische Umsetzung kann im Rahmen eines Gesundheitstages erfolgen, in einem Workshop oder Vortrag, einem fortlaufenden Training oder auch in einer individuellen Beratung.



Viele meiner Angebote sind auch als E-Learning-Kurse vollständig Online verfügbar. Für weitere Informationen und/oder einen Testzugang sprechen Sie mich gerne an!

Gerne erstelle ich bei Ihnen vor Ort eine Bedarfsanalyse und erarbeite für Sie ein passgenaues Konzept.

