



## Gesundheitsmanagement

Ihre Expertin für Gesundheit und Resilienz im Beruf



### PROFIL

### SCHWERPUNKT

### BERUFLICHE STATIONEN

### ARBEITSWEISE

### ZIELGRUPPE

### ZIELGRUPPEN-ERFAHRUNG

### BRANCHEN

#### Businesstrainer, Moderator, Prozessbegleiter, Coach

Gesundheitsmanagement und -förderung in Unternehmen, Fit und Gesund im Job, Resilienz und Stressresistenz, Kommunikation

#### selbständig als freie Trainerin und Coach, Köln

seit 2016 selbständig als Trainerin, Coach und Beraterin mit dem Schwerpunkt Gesundheit im Beruf

#### Trainerin für Deutsch als Fremdsprache, inlingua, Köln

Firmenschulungen, Gruppenkurse und Individualunterricht

#### IT Dienstleister, Gothaer Systems GmbH, Köln

15 jährige Tätigkeit als Softwareentwicklerin, Test- und Changemanagerin, Organisation und Moderation von Meetings

Konzeption und Durchführung von Workshops im Projektgeschäft parallel dazu Mitglied des Betriebsrates

#### Diplom Ingenieur FH, Eberswalde 1999

#### BTA an der Universität Köln

ressourcenorientiert, lösungsfokussierend, zielorientiert, humorvoll, empathisch, individuell, mit Elementen aus Tai Chi Chuan, innovativ

#### Menschen und Unternehmen in Veränderungssituationen, agile Transformation

#### Kunden- und Anwenderschulung, Prozessanalyse

Planung und Durchführung von kontinuierlichen Verbesserungsprozessen

#### Change- und Veränderungsmanagement in Projekten

Konzeption und Durchführung von Trainings, Workshops und Seminaren

#### IT Dienstleister, Versicherungsgewerbe, öffentlicher Dienst, privat Personen, Weiterbildung