

Stärken Sie Ihren Mitarbeiter:innen den Rücken!

Pflegekräfte bringen körperlich und mental Höchstleistungen. Sie können ihre Arbeit selten rückschonend verrichten, und so manches Erlebte bringt sie um den Schlaf und steckt ihnen – im wahrsten Sinne des Wortes - lange in den Knochen.

Waren Fehlzeiten durch „Rücken + Co.“, Infekte, Burn-out u.v.m. schon früher keine Seltenheit, so bringt eine beruflich und privat anspruchsvolle Zeit einige Menschen endgültig aus der Balance.

Daraus resultieren nicht selten:

- Personalausfälle
- Leistungsabfall
- angespanntes Arbeitsklima
- (innere) Kündigung ...

Wie aber können wir hier gegensteuern?

So unterstütze ich Sie:



Der VollVita®-Entspannungsimpuls löst sanft muskuläre Überanspannung. Davon profitieren direkt auch Bewegungsapparat → Nervensystem → Selbstheilungskräfte ...und die gesamte innere Balance.



Wunderbar entspannend für Körper UND Seele ist **Energiearbeit** – z.B. mit Pranic Healing®, Herzintelligenz®-Methode, EFT® u. a.



Workshops zur Stressreduktion - gern auch in Ihrer Einrichtung - helfen u. a. durch „Tipps + Tricks für zwischendurch“, im Alltag bei Kräften zu bleiben.



Individuelle Gespräche unterstützen bei speziellen Fragen



VITALSTATION

Praxis für Vitalität & Entspannung

Sabine Vollmer

Langestraße 33

59597 Erwitte-Horn

www.vitalstation.eu

Information + Termine ☎ 02945-9660311

pflege@balance

Neue Kraft im Alltag

für Körper, Seele + Geist



für
Pflegekräfte





Was den Tag zu einem erfüllten Tag macht, sind die kleinen Momente zwischendurch...

Pfeiler der Gesundheit

- Ernährung
- Bewegung
- **Entspannung...**

ENT-Spannung ist hierbei durchaus wörtlich zu nehmen Denn bei Stress, egal ob körperlich oder auch mental, verspannt unsere Muskulatur – und zwar meist einseitig. Bei über 700 Muskeln in unserem Körper kann das zu einem Schiefstand und Blockaden vieler Strukturen, also zu einem großen körperlichen und seelischen Ungleichgewicht führen.

Z. B. zeigen sich Stress/Angst auch gern im Nacken, Überlastung im Rücken...

ENT-Spannung ist die Lösung!!

Mein ganzheitliches Konzept zur STRESSREDUKTION

1) Initial-ENT-Spannung einleiten



2) Basis-ENT-Spannung beibehalten



3) Hilfe zur Selbstfürsorge, um die Balance im Alltag zu bewahren

Denn es braucht unsere körperliche, seelische und geistige Balance, damit unsere Lebensenergie kraftvoll fließt und unsere Selbstheilungskräfte optimal wirken!



Ihre Mitarbeiter:innen sind Ihr wertvollstes Kapital!

Im Rahmen der Gesundheitsfürsorge verfolgt dieses Konzept daher folgende Ziele:

Für Ihre Einrichtung

- Reduzierung der Krankenquote
- Steigerung der Arbeitsqualität
- Verbesserung des Arbeitsklimas
- Förderung der Motivation
- Verbesserung der Loyalität

Für Ihre Mitarbeiter:innen

- Steigerung der Stressresistenz
- Förderung der Gesundheit
- Verbesserung der Lebensqualität
- Mehr Freude an der Arbeit



Hinweis:

Meine Arbeit ersetzt nicht den Besuch beim Arzt, Heilpraktiker oder anderen Therapeuten.