

DER GESUNDHEITSHUNDERTER – EINE INITIATIVE DER SVA



Susanne Kappeler-Niederwieser

Anbieterqualifikation: Psychologische Lebensberaterin und Unternehmensberaterin, Trainerin und Coach für Kulturmanagement mit jahrelanger Erfahrung im Kunst- und Kulturbetrieb.

Inhaberin der Beratungsfirma kultursupport.

Paket ab	390,00 Eur
abzügl. SVA Gesundheitshunderter*	-100,00 Eur
Ihre Kosten ab	290,00 Eur



Stress- und Burnoutprävention und Resilienzstärkung speziell für Kreative, KünstlerInnen und KulturmanagerInnen

390,00 Eur

Besonders im Kunst- und Kulturbetrieb Tätige sind oft großen psychischen Arbeitsbelastungen ausgesetzt, daher ist Resilienz eine wichtige Fähigkeit, um die täglichen Anforderungen zu bewältigen und rechtzeitig dem Burn-Out entgegenzusteuern.

Paket 1) Central

Coaching in zentraler Lage im klassischer Beratungssetting.

4 Termine Einzelcoaching (á 60 Minuten)

Thema: Aufdecken persönlicher Stress-Fallen und negativer Strategien,

Neu- bzw. wiederentdecken und stärken eigener Ressourcen, für eine erfolgreiche und gesunde Karriere.

- Erstgespräch
- Einzelcoaching, 2 Termine á 1 Stunde
- Abschlussgespräch

Zeitrahmen: Individuelle Vereinbarung,
insgesamt 8 - 16 Wochen ab dem Erstgespräch

Stress- und Burnoutprävention und Resilienzstärkung speziell für Kreative, KünstlerInnen und KulturmanagerInnen

390,00 Eur

Paket 2) Walk the Talk in Nature**Für Jene, die Coaching gerne mit Bewegung und Frischluft-Tanken verbinden möchten.**

3 Einzelcoaching-Termine (á 60 Minuten)

Thema: Aufdecken persönlicher Stress-Fallen und negativer Strategien,

Neu- bzw. wiederentdecken und stärken eigener Ressourcen in der Natur, für eine erfolgreiche und gesunde Karriere.

- Erstgespräch
- Outdoorcoaching, 1 Termin - Dauer 2 Stunden
- Abschlussgespräch

Zeitraumen: Individuelle Vereinbarung,
ca. 4-8 Wochen ab dem Erstgespräch

Ort: Erst- und Abschlussgespräch finden jeweils im Beratungsraum in 1060 Wien statt. Das Coaching findet draußen in der Natur statt, z.B. im Prater oder im Wiener Wald. Durch diesen Ausstieg aus dem Alltag wird der Coachingprozess durch das Naturerleben zusätzlich gefördert und positiv unterstützt. Dieses Programm ist besonders für Jene geeignet, die bei Bewegung besser denken können.

Anfragen und Terminvereinbarungen

per Email: skn@kultursupport.at

Susanne Kappeler-Niederwieser

www.kultursupport.at**kultur support - Susanne Kappeler-Niederwieser**✉ skn@kultursupport.at

Tel: 0664/73063021

1060 Wien

Gumpendorferstraße

Web-Adresse: www.kultursupport.at



>> Alle Programme von "Susanne Kappeler-Niederwieser" anzeigen.

*) Nach Vorlage der Rechnung und einer Zahlungsbestätigung erhalten Sie von der SVA 100 Euro refundiert.

Nähere Informationen zu den Voraussetzungen für den SVA Gesundheitshunderter entnehmen Sie bitte unserem Informationsblatt!

Benutzen Sie für Ihren Antrag bitte [unser Antragsformular](#).

SVA-Kooperations-Partner-Nr: P-2856