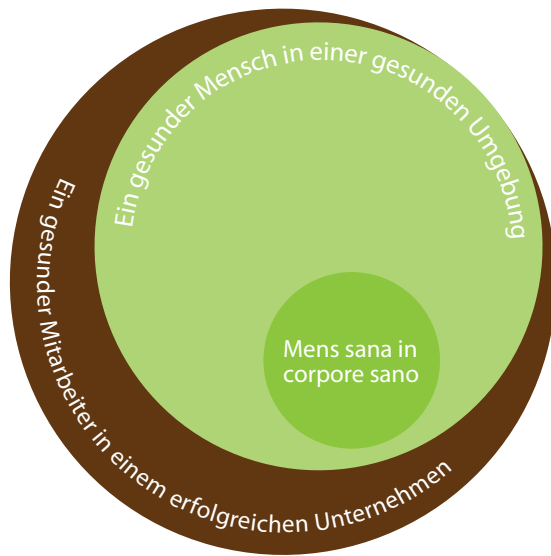


## UNSERE LEITSÄTZE



## UNSER ZIEL

Wir unterstützen Unternehmen darin, mit gezielten Maßnahmen ihre wichtigste Ressource – ihre Mitarbeiter – gesund und damit leistungsfähig zu erhalten!

Damit werden Unternehmer nicht nur ihrer sozialen Verantwortung gerecht, sondern steigern die Produktivität und Effizienz ihres Betriebes. Eine Win-win-Situation für Unternehmen und Mitarbeiter, die sich rechnet!

## UNSERE ÜBERZEUGUNG

Wir sind überzeugt davon, dass sich soziale, gesundheitliche und ökonomische Interessen nicht ausschließen, sondern gegenseitig bedingen. Dafür setzen wir uns ein.

## BETRIEBLICHES GESUNDHEITSMANAGEMENT

Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM) verfolgt vor dem Hintergrund der zunehmenden Leistungsverdichtung sowie steigender Komplexität der beruflichen Anforderungen das Ziel, die Gesundheit der Beschäftigten zu fördern. Dies geschieht, indem systematisch Belastungen abgebaut und Ressourcen gestärkt werden. Denn nur wer körperlich und psychisch gesund ist, kann am Arbeitsplatz motiviert und konzentriert sein Bestes geben. Voraussetzung dafür sind durchdachte Prozesse und ein entsprechend organisiertes betriebliches Umfeld.

Nehmen Sie Kontakt mit uns auf, wenn Sie Fragen zum Betrieblichen Gesundheitsmanagement haben, oder sich für die Themen Suchthilfemanagement, Burnout, Stressbewältigung, Mobbing oder Kommunikation interessieren!



**Alexander Ottlik**  
Geschäftsführer  
M.A. Pädagogik, Psychologie, K+J-Psychiatrie  
M.Sc. Addiction, Prevention, Treatment  
Sozialtherapeut (VDR)



SANSULTING  
Betriebliches Gesundheitsmanagement  
Destouchesstr. 68 · 80796 München  
Tel.: 0160 / 976 885 45  
E-Mail: [info@sansulting.de](mailto:info@sansulting.de)  
[www.sansulting.de](http://www.sansulting.de)



Mens sana  
in corpore sano

## BETRIEBLICHES GESUNDHEITSMANAGEMENT



EAP Externe Betriebliche Sozialberatung Arbeitssicherheit Mobbing Medikamente Sucht Gesundheitsmanagement Arbeits- und Gesundheitsschutz Stressbewältigung Alkohol Psychoterror Arbeits- und Gesundheitsschutz Zeitdruck Ergonomie Mobbing Burnout Belastungen Externe Betriebliche Sozialberatung Burnout Stress

## UNSERE ANGEBOTE

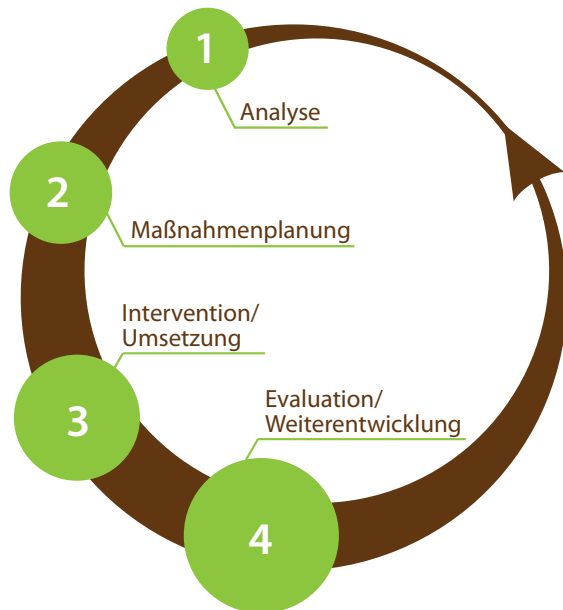
Wir entwickeln für Ihr Unternehmen maßgeschneiderte Lösungen zu nebenstehenden Themen. Dazu zählen:

- Coachings
- Vorträge
- Workshops
- mehrtägige Seminare oder auch
- umfangreiche Ausbildungsreihen

Gerne begleiten wir Sie darin, Arbeitsumgebung und -prozesse ökonomischer und gesünder zu gestalten. Mit unseren Angeboten möchten wir aber auch das (Gesundheits-)Verhalten jedes einzelnen Mitarbeiters positiv beeinflussen, um so einen Mehrwert für das gesamte Unternehmen zu erzielen.

Wir erstellen Ihnen gerne ein unverbindliches Angebot!

## UNSERE VORGEHENSWEISE



## SUCHTHILFEMANAGEMENT

Betriebliche Suchtprävention ist seit über 25 Jahren Bestandteil moderner Personalpolitik. Sie leistet einen wichtigen Beitrag zur Enttabuisierung des Themas „Sucht im Unternehmen“. So regt sie viele Beschäftigte zu einem verantwortlicheren Umgang mit Suchtmitteln an und hilft, suchtkranke Mitarbeiter frühzeitig zur Therapie zu bewegen.

## BURNOUT

Gegenwärtig leiden ca. 9 Mio. Mitarbeiter in Deutschland unter Burnout. Neben den gesundheitlichen Problemen für die Betroffenen sind die Folgen auch betrieblich und volkswirtschaftlich bedeutsam. In den letzten Jahren hat z.B. die Zahl der Krankschreibungen aufgrund psychischer Erkrankungen stark zugenommen.

## STRESSBEWÄLTIGUNG

Leistungsverdichtung und steigende Komplexität der Aufgaben führen zu vermehrter Stressbelastung der Mitarbeiter. Monotonie und Fehlbelastungen im beruflichen Alltag können Symptome wie Kopf- und Rückenschmerzen, Verspannungen, Konzentrationsprobleme und Reizbarkeit hervorrufen. Um die Leistungsfähigkeit der Mitarbeiter zu erhalten, muss hier mit Hilfe von Prozessoptimierung, Stressmanagement, Arbeitsplatzergonomie, Bewegungsschule und Entspannung aktiv gegengesteuert werden.

## MOBBING

Ungelöste und oft harmlose Konflikte können sich schnell zu zerstörerischem Mobbing entwickeln. Es leidet dann nicht nur der Betroffene massiv, sondern die Arbeitsfähigkeit der ganzen Abteilung nimmt ab und für das Unternehmen entstehen hohe Kosten.

## KOMMUNIKATION

Viele zwischenmenschliche Konflikte beruhen auf Kommunikationsproblemen. Können Gespräche klar und wertschätzend geführt und Absprachen ohne Missverständnisse getroffen werden, erhöht das die Zufriedenheit und Leistungsfähigkeit aller Beteiligten. Überzeugende und sichere Rhetorik und der geschulte Einsatz der Stimme haben zudem einen erheblichen Einfluss auf die Gesundheit von Menschen, deren verbale Fähigkeiten im Beruf gefordert sind.

## EMPLOYEE ASSISTENCE PROGRAM (EAP)

### EXTERNE BETRIEBLICHE MITARBEITERBERATUNG

Unsere externe betriebliche Mitarbeiterberatung bietet rasche und unbürokratische Unterstützung bei arbeitsbezogenen, sozialen, gesundheitlichen sowie persönlichen Problemen. Telefonisch oder persönlich gehen unsere Experten in absoluter Vertraulichkeit auf belastende Ereignisse und Fragen der Mitarbeiter ein. Wenn Mitarbeiter ohne Sorgen ihre Aufgaben erledigen können, wird Konzentration, Motivation und Leistungsfähigkeit in der Arbeitswelt gesteigert.



## EXTERNE BETRIEBLICHE SUCHTBERATUNG

Innerhalb der psychosozialen Themen nimmt die Sucht eine herausragende Stellung ein. Es gibt keine andere Krankheit, die gegenwärtig vergleichbar häufig anzutreffen und gleichzeitig dermaßen stigmatisiert ist. Das führt dazu, dass in Unternehmen oft zu spät oder inadäquat interveniert wird. Wir stehen mit unserer „Externen Betrieblichen Suchtberatung“ Betroffenen, ihren Kollegen, Führungskräften, Personalern und Betriebsräten absolut vertraulich, professionell, unbürokratisch und schnell zur Seite.