

Akademie und Gesundheitszentrum Frauenchiemsee



Ihr Ort für psychische Gesundheit

Halten Sie sich und Ihr Team gesund! Wir bieten Informationen zum Gesundheitsmanagement, Präventionsseminare, Therapie und Weiterbildungen mit dem Ziel die psychische Gesundheit zu bewahren. Wir sind spezialisiert auf **Stressbewältigung, Entspannung, Schlaf, die Nutzung von Ressourcen aus Natur und Umwelt in Verbindung mit Bewegung, Ernährung und Sport**. Unsere erfahrenen Psychotherapeuten und Ärzte arbeiten interdisziplinär und integrieren wissenschaftlich evaluierte Methoden aus den Bereichen **Psychotherapie, Neurobiologie und Medizin**, um ganzheitlich und nachhaltig die Gesundheit zu stärken.

Unser Angebot im Kloster Frauenchiemsee

Unser Angebot richtet sich an **Unternehmen und deren Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen sowie an Privatpersonen**. Die Akademie und das Gesundheitszentrum befinden sich im idyllischen, modern renovierten Südflügel des vor über 1200 Jahre gegründeten Benediktinerinnenklosters Frauenchiemsee. Unsere Veranstaltungen werden kombiniert mit einem Erholungsangebot in einer einzigartigen Atmosphäre.

Unsere Kooperationspartner

- Prof. Dr. Dr. Martin Keck, Vorstandsvorsitzender des Münchner Bündnis gegen Depression e. V., München
- Prof. Dr. Dr. Michael Zaudig, Ärztlicher Leiter Psychotherapeutisches Gesundheitszentrum und Medizinisches Versorgungszentrum, München
- Dr. Jürg Gasser, Leiter Specialty Care Projects, Galenicare Management AG, Bern, Schweiz

Unsere aktuellen Angebote

Ressourcen- und Stresscheck (2 Tage)

Leitung: Prof. Dr. Dr. Martin E. Keck und andere Dozenten

am 13.–14. Oktober 2019, jeweils 9:30–17:30 Uhr

(Anreise am Vorabend bis 18 Uhr, Beginn mit gemeinsamem Abendessen)

Ressourcen- und Stresscheck (3 Tage)

Leitung: Prof. Dr. Dr. Martin E. Keck und andere Dozenten

am 20.–22. November 2019, jeweils 9:30–17:30 Uhr

(Anreise am Vorabend bis 18 Uhr, Beginn mit gemeinsamem Abendessen)

Resilienz in 3 Tagen?!

Dipl.-Psych. Franziska von Piechowski

02.–04. Dezember 2019

Schlafstörungen: Schlafen Sie gut? Gestörter Schlaf oder Schlafmangel ist ein Hauptrisikofaktor für Erschöpfung und Krankheit (2 Tage)

Leitung: Prof. Dr. Dr. Martin E. Keck und andere Dozenten

11.–12. Dezember 2019

Maßgeschneiderte Angebote für Ihr Unternehmen

Gerne entwickeln wir auf Anfrage auch maßgeschneiderte Angebote – auch mit vorhergehendem Gesundheits-Check up – für Ihr Unternehmen und unterstützen Sie im Rahmen des **beruflichen Gesundheitsmanagements**, z. B. bei der Organisation eines Tages der psychischen Gesundheit.

Als Unternehmen werden Sie so der wachsenden Bedeutung der seelischen Gesundheit gerecht und helfen Ihren Mitarbeitern mit den neuen Herausforderungen der Arbeitswelt umzugehen.

Weitere Informationen zu unseren Veranstaltungen finden Sie auf unserer Homepage. Dort können Sie die Veranstaltungen auch direkt buchen: www.gesundheit-frauenchiemsee.de

Akademie und Gesundheitszentrum Frauenchiemsee

Frauenchiemsee 50

83256 Chiemsee

www.gesundheit-frauenchiemsee.de

info@gesundheit-frauenchiemsee.de

Ihre Ansprechpartnerin: Andrea Stucke

Telefon: 089 4524166 -13

E-Mail: stucke@gesundheit-frauenchiemsee.de