



Ein gesundes
und aktives Leben
im Hier und Jetzt!

Mel 道
Körper und Geist
in Balance

Systemisches GesundheitsCoaching

Das GesundheitsCoaching schult Sie in der Achtsamkeit mit sich selbst und unterstützt Sie in der eigenen Gestaltung Ihres Lebens und Ihrer Gesunderhaltung.



Melanie Grimmel
Systemischer
GesundheitsCoach

Mobil +49 172 4408926
kontakt@mel-balance.de
www.mel-balance.de

Systemisches GesundheitsCoaching

Ihr geschützter Raum für persönliche Veränderung.

Systemisches GesundheitsCoaching ist eine ganzheitliche Sichtweise und Prozessbegleitung, in der Sie die Richtung und das Tempo vorgeben.

Die lösungsorientierte Fokussierung im Systemischen Coaching ist darauf ausgerichtet, in kurzer Zeit Lösungen für Ihre bestehende Situation zu entwickeln und umzusetzen.

- Persönlichkeitsentwicklung
- Die Förderung des seelischen Gleichgewichtes
- Persönlicher und beruflicher Kontext
- Familiäre Stabilität
- Symptome verstehen lernen
- Klarheit finden – auf eigene Stärken konzentrieren und wiedererkennen
- Nachhaltigkeit durch Ressourcen und Resilienz Kräftigung

Neue Wege finden - Überforderungen vermeiden!

Die persönliche Weiterentwicklung durch Systemisches GesundheitsCoaching bietet Ihnen die Chance dauerhaft und langfristig mit sich selbst und Ihrem Umfeld in Balance zu sein.

Ich biete Ihnen einen vertrauensvollen und geschützten Rahmen, die Gesundheitliche-, Arbeits- und Lebenssituation aus verschiedenen Blickwinkeln zu betrachten. Meine professionelle Unterstützung und Begleitung ermöglicht es Ihnen, Herausforderungen zu meistern, Ihre eigenen Ressourcen zu stärken und Ihre individuelle Resilienz zu kräftigen.

Sie erreichen, den zunehmenden Anforderungen stabil und gelassen entgegen zu treten und diese souverän zu bewältigen.