

## ■ Erfolg durch Leistung und Gesundheit

### Meine Leistungsschwerpunkte

*personen-zentriert - ressourcen-orientiert - erfolgs-gerichtet*

- **Organisationsberatung**
- **Persönlichkeitsentwicklung**
- **Gesundheitsförderung**

Als Experte für **Balance Management** unterstütze ich Sie in Ihrer Entwicklung und helfe Ihnen, Ihre Organisations- oder Lebensziele mit Energie und Freude zu erreichen.

Lassen Sie nicht zu, dass Sie im Leben stehen bleiben und Arbeits- und Alltagsstress Ihre Ressourcen verschlingen.

### Meine Angebote zur Gesundheitsförderung

- **Betriebliche Gesundheitsförderung für KMU/Vereine**
- **Organisation und Durchführung von Gesundheitstagen**
- **Entwicklung und Durchführung von Präventionsmaßnahmen und Gesundheitskursen**
- **Förderung der Stressbewältigung am Arbeitsplatz**
- **Burnout Prävention**
- **Konfliktbewältigung und Mediation**
- **Motivations- und Teamtrainings**
- **Gesundheitscoaching und -projekte**
- **Qualifizierung von Führungskräften und Mitarbeiter/innen**
- **Persönliche Gesundheit fördern und erhalten**
- **Fitness- und Gesundheitstraining**

Holger Arnold  
Balance Project

Nelly-Sachs-Straße 13  
D 14480 Potsdam  
Mob.: 0173 833 79 84

[arnold@balance-project.de](mailto:arnold@balance-project.de)  
[www.balance-project.de](http://www.balance-project.de)

**Meine Qualität für Ihren Erfolg!**

