

Claudia Paine

Vorstellung

Motivations- und Präventionstage aus den Themenfeldern Haltung, Vitalität, Ernährung und Psyche, so wie Referententätigkeit & eigene Programme zur Gesundheitsentwicklung, zu Vitalität, Stressmanagement, emotionaler Intelligenz und Neuronal-Ernährung, stellen Schwerpunkte Ihrer Arbeit dar.

Ihre starke emotionale Verbundenheit zur Thematik Gesundheit & Gruppendynamik, zu positiver Psychologie und Selbstmanagement sind der Schlüssel ihres Wirkens und Tuns. Als Agenturinhaberin so wie Präventions- und Potentialberaterin, begleitet sie die Geschicke der Kunden und kooperierenden Dienstleister in Trainings, Coachings, Aktiven Pausen, Vorträgen, Webinaren und Workshops in deutscher und englischer Sprache numehr rund 15 Jahre.



Referenzen

Bundeswehr (Amt für Heeresentwicklung/ deutsches Heer), Ministerium für Umwelt (Düsseldorf), Integrata AG – Cegos Gruppe, EuPD Research Sustainable Management GmbH, HeartMath Deutschland GmbH Resiliar Unternehmensberatung, BARMER, TK, Amt für Arbeit Bonn, uvm.

Vita - Ausschnitt

- Staatlich anerkannte Gymnastiklehrerin
- Sporttherapeutin DVGS - Grundstufe
- Motopädin (Erwachsene, Jugend, Kinder)
- Orthopädische Rückenschulleiterin
- Präventionsberaterin (im BGM / BGF Markt seit 15 Jahren)
- HeartMath Resilienz-Trainerin/ Referentin
- Zertifizierte Medi Mouse/ Back Scan Expertin
- Zertifizierte Kursleiterin und Referentin: Zentrale Datenbank Prävention (§20 SGB V) / Herz-Kreislauftraining und Wirbelsäulengymnastik
- zertifizierte Nordic Walking Instruktorin (VDF) und Aqua Instruktorin (Safs & Beta)
- HRV Biofeedback - Trainerin

Vortrags-Themen

- › „Individuelles Gesundheitsmanagement“
- › „Betriebliches Gesundheitsmanagement“
- › „Ressourcenmanagement/ Resilienz“
- › „Vorsprung durch Resilienz“
- › „Vitale Ernährung“
- › „Burnout Prävention / Entspannungstechniken“
- › „Rückengesundheit“
- › „Emotionale und mentale Intelligenz“
- › „Schlaf-Management“
- › u.v.m.

Weitere Angebote/ Empfehlungen

- ✓ Gesundheitstage
- ✓ Resiliar-Coachings
- ✓ HRV Herzstressmessungen
- ✓ Aktive Pausen/ Unternehmensgesundheit
- ✓ Projektauszeichnung Corporate Health
- ✓ Zertifizierung „Gesunde Belegschaft“ (EuPD)
- ✓ Zertifizierung „Top Corporate Health Projects“ (EuPD)

Medien

Gesundheitsexpertin - Blogartikel online
XING, Facebook
LinkedIn, Twitter
www.paine-prevention.de

Kontakt

Paine Prevention
Hauptverwaltung Bonn
Telefon 0228 - 280 47 27
Email info@paine-prevention.de