

Interview mit Marion Woelk-Heder Anti-Aging & Gesundheitsberaterin

Seminar: Kommunikation in der betrieblichen
Gesundheitsförderung

Universität Bremen

Semester: SOSE 2012

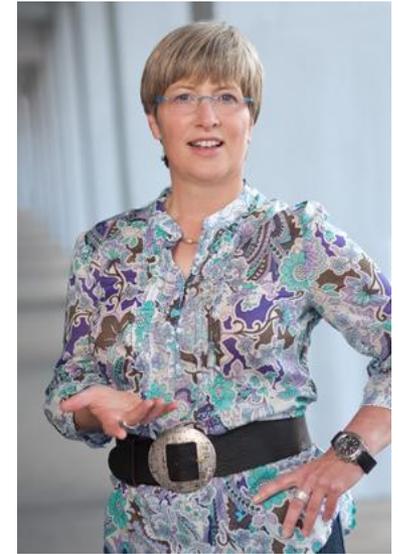
Referenten: Fabian Weidner & Paulina Pawlak

Gliederung

- ▶ Kurze Einleitung
- ▶ Vorstellung der Interviewperson
- ▶ Tätigkeitsbereich
- ▶ Ziele
- ▶ Aktuelle Angebote im Überblick
- ▶ Das Erfolgsgeheimnis
- ▶ Das Konzept
- ▶ Fragen
- ▶ BGM
- ▶ Kommunikation



Marion Woelk-Heder



- ▶ Geboren in Hessen, verheiratet
- ▶ Abitur
- ▶ MTA (Medizinisch-technische-Assistentin), Ausbildung in der Hochschule Hannover
- ▶ 2005 Ausbildung zur ärztlich geprüften „Anti-Aging“ -Trainerin in Fulda
- ▶ 2009 zertifizierte Seminarleiterin für Stressbewältigung in Berlin
- ▶ Beratungsstelle zurzeit in Bremen/Huchting

Tätigkeitsbereich

- ▶ 3 Bausteine stehen im Vordergrund
- ▶ 1. Vorträge -> zu bestimmten gesundheitlichen Themen bzw. Erkrankungen z.B. Osteoporose; Anti-Aging
- ▶ 2. Seminare -> spezielle Gruppen wie z.B. Klein und Mittelständische Unternehmen = BGM
- ▶ 3. Einzelberatung in Ernährung, Bewegung, berufliche Belastung, Stress (individuell)
- ▶ 3. Coaching -> Ziel festgelegt, Analyse der Lebensgewohnheiten



Ziele

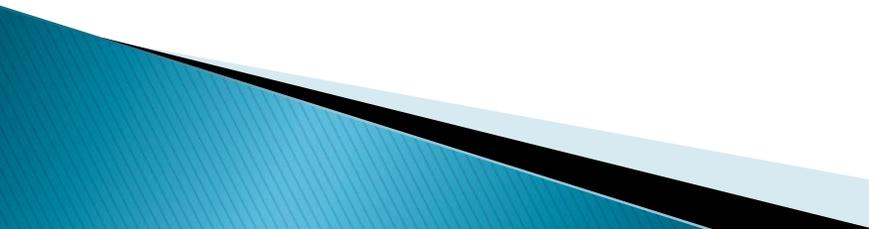
- ▶ Vermittlung über die Zusammenhänge zwischen Ernährung, Schlaf, Bewegung, Atemtechniken und Gesundheit.
- ▶ Als Expertin nach langjähriger Erfahrung den Kunden beratend & begleitend zur Seite zu stehen
- ▶ Der Blick richtet sich auf den
- ▶ „**GESUNDEN MENSCHEN**“ → ein Leben in Harmonie, Glück und Lebensenergie

Aktuelle Angebote im Überblick

- ▶ Ernährung
- ▶ Bewegung
- ▶ Entspannung
- ▶ Anti-Stress
- ▶ Zeitmanagement
- ▶ Trink-Training
- ▶ Naturheilmittel
- ▶ Bach-Blüten-Therapie
- ▶ Körper und Seele



Das Erfolgsgeheimnis

- ▶ Unkonventionelles, effektives Arbeiten
 - ▶ Themenbezogene Aktionen
 - ▶ erfolgreiche Hilfe zur Selbsthilfe
 - ▶ Lösung nach Maß -> Individuell
 - ▶ langjährige Erfahrung und bewährtes Know-How
- 

Das Konzept

- ▶ Salutogenetischer Ansatz
- ▶ Im Mittelpunkt steht die Person
- ▶ Folgende Aspekte stehen im Vordergrund:
 - ▶ Wohlbefinden im Körper und Geist
 - ▶ 75% kann der Mensch selbst beeinflussen (Gesundheit), 25% ist genetisch bedingt



Fragen

wichtige



Fragen

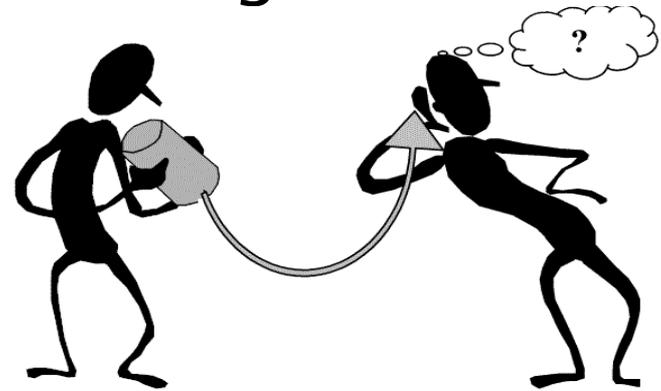
- ▶ In welchem Tätigkeitsbereich (3 Bausteine) arbeiten Sie am meisten?
- ▶ Einzelberatungen und Coaching jedoch sind diese Jahreszeitbedingt
- ▶ Wie nehmen die Kunden das an?
- ▶ Merken schnell das Änderungen eintreten, das sich das Wohlbefinden und eigenen Laune verbessert
- ▶ Wie sind Sie zu dem Beruf gekommen?
- ▶ Seit dem 16 Lebensjahr auf Gesundheit fixiert und immer wichtigeres Thema geworden

BGM

- ▶ BGM → Vorgehensweise: Problemstellung, Analyse, Planung, Durchführung, Evaluation
- ▶ Realitätsbezogen → eher Workshops
- ▶ BGM in Unternehmen ist heutzutage eher selten, weil es noch nicht angekommen ist
- ▶ → viel Pathogenese statt Salutogenese
- ▶ Hält Vorträge in Betrieben, es kommen aber auch viele zur Einzelberatungen; wird vom AG bezahlt

Kommunikation

- ▶ Ohne Kommunikation geht gar nichts!
- ▶ Sehr wichtig auf Menschen zu gehen
- ▶ Empathie entwickeln
- ▶ Keine Kommunikation → Beruf verfehlt, weil man ganz nah am Menschen arbeitet und diesen auch etwas vermitteln möchte!!!!



Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!!!



Kontakt Daten

Name:

Marion Woelk-Heder

Anti-Aging & Gesundheitsberaterin

Adresse:

Mittelshuchtinger Dorfstraße 9
28259 Bremen

Telefon: 0421 / 46 00 490

Internetseite: www.marion-woelk-heder.de