



DIE AKADEMIE FÜR MENTALE GESUNDHEIT



Fichtenstraße 1
78112 St. Georgen



melanie@reha-goes-live.de



www.reha-goes.live/akademie



KOSTENLOSES BERATUNGSGESPRÄCH VEREINBAREN



Hier scannen!

oder direkt eingeben:

www.reha-goes.live/beratung

SO EINFACH GEHT'S:

1



Öffnen Sie die Kamera
auf Ihrem Smartphone.

2



Halten Sie sie über den Barcode.
Klicken Sie auf den Link, der erscheint.

3



Wählen Sie einen Termin
und beantworten Sie die
Gesundheitsfragen.

4



Umgehend erhalten Sie Ihre
Terminbestätigung und wir
sehen uns zeitnah.

Wir freuen uns auf Sie!



PRAXISNUMMER IHRES BEHANDELNDEN ARZTES

Bei Angabe der Praxisnummer Ihres
behandelnden Arztes wird die ärztliche
Empfehlung bei Ihrer Anmeldung berücksichtigt.



MEDIZINISCH EMPFOHLENE
TEILNEHMER ERHALTEN EINE
TEILNAHMEVERGÜNSTIGUNG
VON 15 %.



STARK IM LEBEN. NICHT NUR IN SCHWIERIGEN ZEITEN.



Unsere Ausbildung vermittelt Ihnen tiefgehende
Kompetenzen für mentale Stärke, innere Stabilität
und ein selbstbestimmtes, erfülltes Leben –
für Sie und die Menschen, die Sie begleiten.

*Für mehr mentale Stärke –
heute, morgen und langfristig.*



AUSBILDUNG AUF EINEN BLICK

1. HALBJAHR

ALLTAGSBEWÄLTIGUNG



- Stress verstehen und regulieren
- Nervensystem stärken
- Schlaf verbessern
- Emotionen verstehen und steuern
- Körperwahrnehmung entwickeln
- Alltag strukturieren und Routinen etablieren
- Selbstwirksamkeit im Alltag erleben

2. HALBJAHR

SCHWIERIGE LEBENSITUATIONEN MEISTERN



- Belastungen und Krisen bewältigen
- Resilienz und innere Stabilität aufbauen
- Selbstführung in herausfordernden Zeiten
- Gesunde Kommunikation und klare Sprache
- Beziehungen gestalten und Konflikte lösen
- Eigene Ressourcen aktivieren und nutzen
- NeuroSetting-Methode® in der Praxis anwenden

3. HALBJAHR

AUS ERFAHRUNGEN STÄRKE ENTWICKELN



- Prägungen verstehen
- Innere Klarheit gewinnen
- Nachhaltige Balance wiederfinden
- Belastende Erfahrungen integrieren
- Selbstbild stärken und Selbstwert vertiefen
- Emotionale Muster erkennen und verändern
- Neue Freiheit und Leichtigkeit im Leben erfahren

4. HALBJAHR

LEBENSQUALITÄT ENTFALTEN



- Gesundheit erhalten und Wohlbefinden fördern
- Persönliche Ziele entdecken und verwirklichen
- Potenziale entfalten und Selbstvertrauen stärken
- Das Leben bewusst gestalten und genießen
- Mit Freude nach vorne schauen
- Dauerhaft in Balance und Lebensfreude bleiben
- Abschlussprojekt und Integration in den Alltag

DIE AKADEMIE EIGNET SICH FÜR:



ZUR MENTALEN PRÄVENTION
Für mehr Stabilität und Lebensqualität



WÄHREND WARTENZEITEN
auf einen Therapieplatz



BEGLEITEND ZU THERAPIE,
COACHING ODER BEHANDLUNG
zur Vertiefung und praktischen Umsetzung



NACH REHA ODER KLINIKAUFENTHALT
zur nachhaltigen Stabilisierung und
Rückfallprophylaxe



BEI HOHER BERUFLICHER
ODER PRIVATER BELASTUNG
Für mehr innere Stärke und Ausgeglichenheit



ZUR PERSÖNLICHEN WEITERENTWICKLUNG
UND LEBENSGESTALTUNG
Für ein erfülltes und selbstbestimmtes Leben

*Für mehr mentale Stärke –
heute, morgen und langfristig.*



Die Akademie vermittelt Kompetenzen
zur Förderung der mentalen Gesundheit.
Sie ersetzt keine medizinische,
psychotherapeutische oder psychiatrische
Behandlung, kann diese jedoch
sinnvoll ergänzen.



Mehr Informationen
& Beratung

www.reha-goes.live/akademie



Kostenloses
Beratungsgespräch
vereinbaren!