



Wir unternehmen Gesundheit  
Führung | Gesundheit | Image



## well.forward – für Ihre Manpower von morgen

Mit dem Start in die Berufsausbildung beginnt eine sehr wegweisende Lebensphase für junge Menschen. Der Umgang mit den neuen Herausforderungen und dem Zuwachs an Verantwortung nimmt Kraft und Zeit in Anspruch. Die ungewohnten - manchmal körperlich oder auch mental belastenden - Situationen erfordern unternehmensseitig eine sensible und verlässliche Betreuung des fachlichen Nachwuchses. **Die Phase der Ausbildung ist ein idealer Zeitpunkt für spezialisierte gesundheitsorientierte Prävention. Ihr Nutzen ist, eine hohe erfolgreiche Abschlussquote und eine sichere Implementierung fachlicher Kompetenz in die derzeitigen und kommenden produktiven Prozesse zu gewährleisten – für die Zukunft Ihres Unternehmens.** Wir unterstützen Sie dabei.

**Was kann well.forward?** In dem zeitlich definierten Lebensabschnitt der beruflichen Ausbildung sind soziale Fertigkeiten und fachliche Kenntnisse, aber auch destruktive Verhaltensweisen und Problembewältigungsmuster noch nicht voll ausgereift und gefestigt. Mit einer gezielten Intervention lassen sich während der Ausbildungszeit noch nachhaltig Weichen für eine gelingende Sicherung des Fachkräftenachwuchses für Ihr unternehmerisches Profil stellen: **well.forward** wurde von Berufspädagogen speziell für die Bedarfe Auszubildender konzipiert und ist zunächst darauf ausgerichtet, eigene Stressoren und Ressourcen zielgerichtet zu identifizieren, um darauf aufbauend jene eigenen Ressourcen zu aktivieren und mit arbeitsbedingten Gesundheitsrisiken, aber auch privaten Belastungsfaktoren ausbildungsförderlich umzugehen.

### Beispielhafte Inhalte der wählbaren Workshops, sowie Gruppen- und Einzelcoachings:

- Stress- und Ressourcenmanagement
- Motivation (Bewegung für Kopf und Körper)
- Entspannung und hohe Arbeitsbelastung
- Prüfungsängsten konstruktiv begegnen
- Umgang mit der Gefahr durch Suchtmittel
- Feedback, Gespräche und Konfliktlösung (Kommunikationskompetenz stärken)
- Ernährung und Sport (u.a. auch Arbeitsplatzergonomie)
- Karrierecoaching (individuelle Strategieentwicklung)
- Krisenintervention

Gemeinsam mit Ihnen entwickeln wir anhand unseres modular aufgebauten Präventionssystems ein für Ihre Unternehmenssituation und Ihre Bedarfe passendes Angebot.

#### Katrin Höweling

Weidenbaumsweg 13, 21029 Hamburg  
Mobil: +49 170 987 38 32 | Tel: +49 40 75 110 516  
[kh@wellworksolutions.de](mailto:kh@wellworksolutions.de)

#### Anna Faghir Afghani

Weidenbaumsweg 13, 21029 Hamburg  
Mobil: +49 176 23 56 60 11 | Tel: +49 40 75 110 516  
[afa@wellworksolutions.de](mailto:afa@wellworksolutions.de)