

## Persönliches

Ich bin verheiratet und habe zwei erwachsene Töchter. Von 1978 bis 1995 war ich als Chirurgin und Allgemeinärztin tätig. Seit 1995 arbeite ich als niedergelassene tiefenpsychologische Psychotherapeutin.

## Therapeutische Zusatzqualifikationen:

verschiedene künstlerische und imaginative  
Therapieverfahren

klinische Hypnose

Erwachsenenbildung

Dozentin für psychologische Beratung und  
Coaching am FSB Bodensee (Schweiz)

spezielle Weiterbildung zu den Themen:  
Wechseljahre, Selbstbewusstsein und  
Gesundheitscoaching



## Weitere Informationen

Institut für Gesundheitsförderung  
und Persönlichkeitsentwicklung  
Dr. med. Petra Feind-Zehr  
Am Kirchhof 5  
27356 Rotenburg

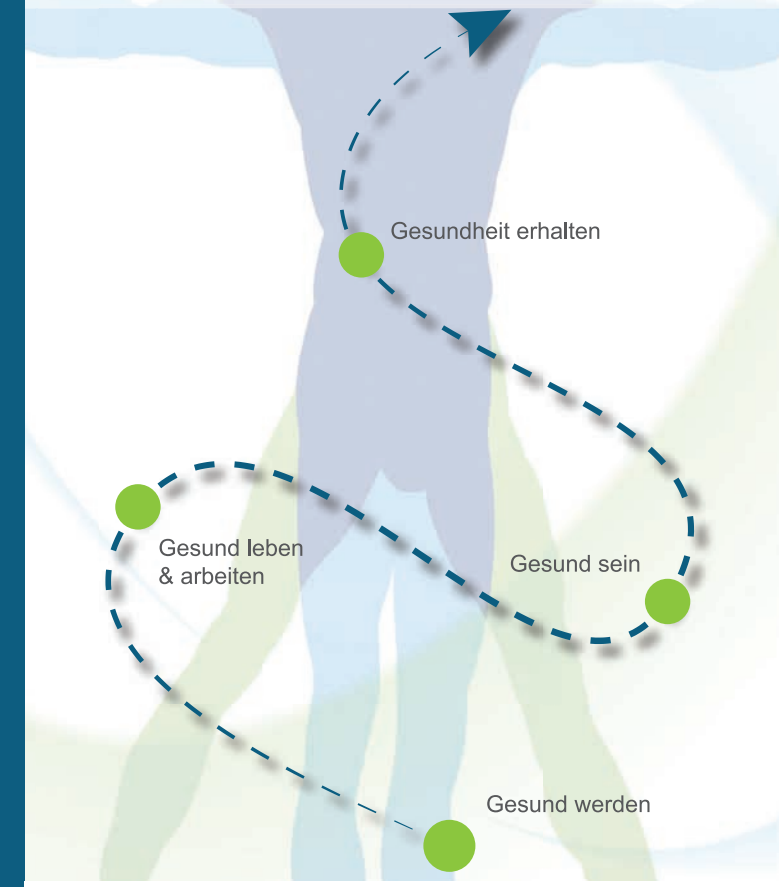
Telefon +49 (0) 42 61 - 93 96 0  
Telefax +49 (0) 42 61 - 93 96 30

Web [www.feindzehr.de](http://www.feindzehr.de)  
Email [info@feindzehr.de](mailto:info@feindzehr.de)



# Gesundheit

ist ein Prozess, den man gestalten kann.



Dr. med.  
Petra Feind-Zehr



# Gesundheit

## können Sie gestalten!

### ▲ ... entsteht immer wieder neu

Sie ist gekennzeichnet durch

- Anpassung an die Herausforderungen des Alltags
- Lebensfreude
- Sinnhafte Arbeit
- Abgestimmten Einsatz der inneren und äußeren Begabungen
- Wachstum im Innen und Außen

### ▲ ... als betriebliche Herausforderung

Themen sind unter anderem:

- Die „BIG FIVE“ der Gesundheit (Bewegung, Ernährung, Schlaf, Stress und Kreativität)
- Stresskompetenz und Burn-out
- Wertschätzende Kommunikation
- Gesund in die 2. Halbzeit (50+)

Weitere Seminare zu Gesundheitsthemen auf Anfrage.

### ▲ ... als Unternehmenskultur

Im Focus steht die Förderung des Gesundheitsbewusstseins in Unternehmen für Management und Mitarbeiter. Denn gesunde und leistungsfähige Mitarbeiter sind die Grundvoraussetzung für ein gesundes und leistungsfähiges Unternehmen.

### ▲ ... als gestalteter Lebensprozess

In der Arbeit an Ihren persönlichen Gesundheitsprojekten unterstütze und begleite ich Sie gern. Hierbei haben Sie die Möglichkeit nur einzelne Bausteine zu bearbeiten oder mit meiner Hilfe ein umfangreiches Konzept zu entwickeln.

Gemeinsam definieren wir Ihre persönlichen Gesundheitsanliegen

Sie legen Ihre Wünsche und Pläne für die Zukunft fest

Wir erarbeiten eine realitätsnahe individuelle Strategie und gestalten die ersten Schritte

Auf Wunsch begleite ich diesen Prozess gern auch über einen längeren Zeitraum.

### ▲ ... als persönliche Veränderung

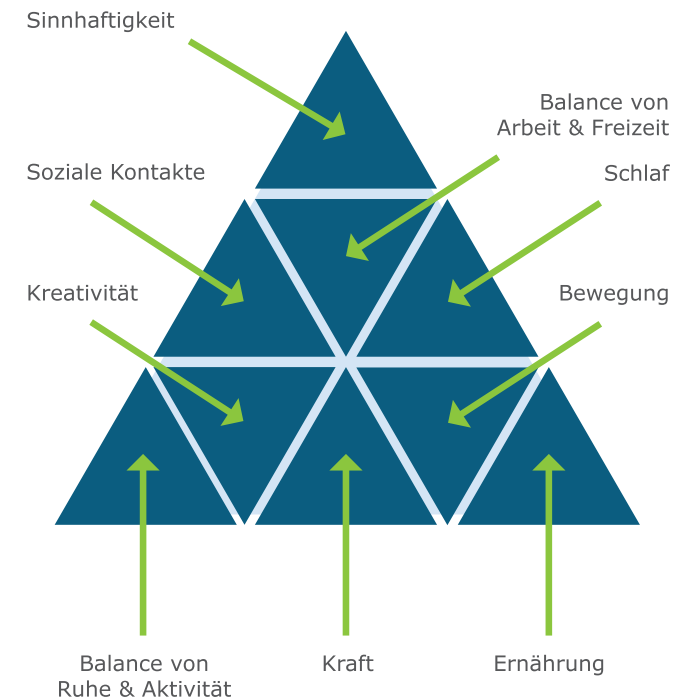
Ich biete Seminare und Workshops zu den folgenden Themen an:

- Das Potential der Lebensübergänge
- Krankheiten als Weggabelungen
- Krisen als Chancen

Ladies only: Hier finden Sie Seminare für Powerfrauen und solche, die es werden wollen:

- Selbstbewusstsein
- Karriere und Familie
- Die Leiter nach oben erklimmen

### Wesentliche Bausteine eines gesunden Lebensstils sind:



Interessante Vorträge zum Thema Gesundheit finden Sie auch unter

[www.feindzehr.de](http://www.feindzehr.de)

**Auch die Ihrer Mitarbeiter.**