



## Een burn-out voorkomen of hulp bij het omgaan met een burn-out

Hoge werkdruk, privé en werkstress, vrijwel iedereen heeft er mee te maken. Worstel je met werk en privé? of is zit je al ziek thuis? Heb je werknemers die veel stress hebben of misschien zelfs al ziek thuis zitten? Hania coaching helpt bij het voorkomen van een burn-out door opleiding en coaching van zowel werknemers als organisaties.

### Voor werknemers

- ✿ Direct een afspraak maken
- ✿ Vrijblijvend intakegesprek
- ✿ Preventietraject
- ✿ Coachtraject
- ✿ Ziek gemeld? Direct hulp!
- ✿ Agathe Hania persoonlijk bellen

### Voor organisaties en HRM

- ✿ Workshops en training
- ✿ Oplossing hoog ziekteverzuim
- ✿ Leidinggevende? Bekijk coaching
- ✿ Verkort traject
- ✿ Voorkomen en coaching
- ✿ Preventieve oplossingen burn-out

E-mail: [info@agathehania.nl](mailto:info@agathehania.nl)

Tel: 06 139 878 61

Bezoekadres op afspraak

Bezuidenhoutseweg 474-A

2594 BG Den Haag

[www.balansinzicht.nl](http://www.balansinzicht.nl)

MAAK EENS  
EEN AFSPRAAK  
VOOR EEN  
KENNISMAKINGS  
GESPREK

# Een voorbeeld van coaching trajecten en opleidingen van Hania

## Voor werknemers

- ✿ Coachtraject burn-out behandelen
- ✿ Training om een burn-out te voorkomen
- ✿ Persoonlijke begeleiding en contact
- ✿ Laagdrempelig en vertrouwelijk



## HRM en P&O

- ✿ Help werknemers een burn-out te voorkomen
- ✿ Hoe om te gaan met een werknemer met een burn-out
- ✿ Workshops en trainingen
- ✿ Inspiratieborrel met vakgenoten

## Voor werkgevers

- ✿ Tijdig spanning en stress bij werknemers herkennen
- ✿ Hoe om te gaan met werknemers met een burn-out
- ✿ Workshops en trainingen
- ✿ Help stress te voorkomen



Agathe Hania

E-mail: [info@agathehania.nl](mailto:info@agathehania.nl)

Tel: 06 139 878 61

Bezoekadres op afspraak

Bezuidenhoutseweg 474-A

2594 BG Den Haag