

Im Gespräch mit dem eigenen Körper

Zeitmangel und Stress sind gängige Begleiter in den Führungsetagen von Düsseldorfer Unternehmen. In Alltagshektik und -getöse gehen die Warnungen der inneren Stimme vor Überlastung häufig unter. Ihr wieder Gehör zu verschaffen ist das Anliegen von Anke Palumbo, die mit ihren *BodyTalk Coachings* Manager wieder für die Warnsignale des eigenen Körpers sensibilisiert.

Die meisten Unternehmenslenker fahren checkheftgepflegte Dienstwagen. Mit sich selbst gehen die Geschäftsleute aber häufig weniger pfleglich um, weiß Anke Palumbo, Inhaberin von ipc – innovative prävention & coaching. „Erst wenn der erste Herzinfarkt überwunden wurde, stehen die Obstkörbe auf dem Schreibtisch und die letzte Zigarettenschachtel ist entsorgt“, so die betriebliche Gesundheitsmanagerin. „Ihren Bezug zur eigenen Gesundheit übertragen Führungskräfte – bewusst oder unbewusst – auch auf ihre Mitarbeiter. Bei einem ungünstigen Kreislauf ist dies der Beginn multipler Herausforderungen“, berichtet die Heilpraktikerin.

Mens sana in corpore sano

Ein *BodyTalk Coaching* helfe dabei konkrete Erkrankungssymptome aufzulösen, so dass man berufliche wie private Belange wieder zielorientiert angehen könne. „*BodyTalk* ist eine ganzheitliche Beratungs- und Therapieform, die wir als erstes Unternehmen in dieser Kombination anbieten“, sagt Anke Palumbo. Ziel sei es, Körper, Emotionen und seelische Dysregulationen in Einklang zu bringen – basierend auf Muskelfeedbacks, die durch ein komplexes Protokoll ertestet, therapiert und mit dem klassischen *Coaching* kombiniert werden. „Mittlerweile erkennt auch die Schulmedizin an, dass viele Krankheits-Symptome nicht alleine körperliche Ursachen haben“, erklärt die *BodyTalk*erin. Deshalb bekommen Privat-

versicherte mit Heilpraktikeranteil die Kosten für Einzelbehandlungen in der Regel zurückerstattet. Gründe für eine *BodyTalk* Anwendung können beispielsweise sein: Burnoutsymptome wie Dauermüdigkeit und Abgeschlagenheit, ein diffuses Unbehagen unklarer Ursache oder klassische Stresssymptome wie Geiztheit und Ruhelosigkeit. Auszüge aus *BodyTalk* finden deshalb seit kurzem auch in den Stressmanagement-Seminaren von ipc ihre Anwendung.

Unterwegs im Auftrag der Gesundheit

Seit 2005 unterstützt das Institut von Anke Palumbo mittelständische Unternehmen mit einem breiten Spektrum an Dienstleistungen bei der Gesundheitsförderung ihrer Mitarbeiter. Dazu zählen Beratung und Prozessbegleitung sowie die Durchführung von Seminaren und Qualifizierungsmaßnahmen – falls gewünscht auch in englischer Sprache. „Darüber hinaus übernehmen wir auch die komplette Konzeption eines strategisch ausgerichteten, betrieblichen Gesundheitsmanagements und begleiten dessen Implementierung“, berichtet die Expertin. ■

ipc – innovative prävention & coaching
Inhaberin Anke Palumbo
Gräfrather Straße 17 · 42329 Wuppertal
Tel.: 02 02 / 6 09 37-37 / 39
info@ipc-training.de
www.ipc-training.de



Anke Palumbo, Inhaberin von ipc – innovative prävention & coaching

Beste Referenzen

Martin Hellmich (41), Diplom-Oeconom, Unternehmensberater aus Düsseldorf

„Meine Teilnahme im ipc-Stressmanagementseminar hat mich dazu animiert, einige Themen mittels *BodyTalk Coaching* zu vertiefen. Hierbei haben sich doch für mich ungewöhnlich positive Resultate ergeben, die für mich beruflich und privat von großem Vorteil sind. Sehr empfehlenswert.“

Thomas Draht (47), Pharmaberater aus Duisburg

„Nach anfänglichen Schwierigkeiten sich fallen zu lassen, empfand ich die Sitzungen sehr angenehm und lösend, was an der Art von Frau Palumbo liegt, die es in kurzer Zeit schafft, dass man sich als Klient auf *BodyTalk* einlässt. Nach der Sitzung fühlte ich mich wie in einer körperlichen Neuorientierung und vernahm spürbare Verbesserungen in einer Symptomatik. Vielen Dank.“