

## ZIELSETZUNG

Ein entspannter, wertschätzender und kollegialer Umgang mit Mitmenschen führt beruflich und persönlich zu mehr Zufriedenheit, guten Ergebnissen, senkt das Stresslevel und hilft, die Gesundheit zu schützen.

## IHR NUTZEN

25 Jahre Berufs- und Trainingserfahrung gebündelt in effektiven Vorträgen und Workshops sowie dem Buch „Schwierig sind immer die Anderen – Eine Einführung ins Menschenlesen“

## ZUR PERSON

Jahrgang 1971, zwei erwachsene Kinder. Nach einer Lebenskrise 2011 die Bestimmung als Trainerin und Coach gefunden. Freude an Fitness-Sport, klassischer und Rockmusik, Reisen und Kultur. Lebensmotto:  
Take it, change it or leave it!

## ERFAHRUNG

### COACH/TRAINERIN • UH TRAINING • VON 2014 BIS HEUTE

Einzel- und Team-Coachings, Burnout-Beratung  
90 Workshops/Seminare mit über 600 Teilnehmern  
Über 100 Vorträge Menschenlesen und Stressmanagement

### BÜROLEITERIN • BERUFSVERBAND • VON 2008 BIS HEUTE

Beratung und Schulung von Personalverantwortlichen und Betriebsräten, Ausbildung von Kaufleuten für Büromanagement. Zuständig für drei Mitarbeiter, 750.000 Euro Jahresetat, Verwaltung, Marketing und Öffentlichkeitsarbeit

### SACHBEARBEITERIN • STEUERKANZLEI • VON 1995 BIS 2008

Lohn- und Finanzbuchhaltung, Jahresabschlüsse, Außendienst in Wirtschaftsprüfer-Teams

## QUALIFIKATIONEN

STAATL. GEPR. BETRIEBSWIRTIN • 1994 • FAW NÜRNBERG

AUSBILDERIN • 1994 • IHK NÜRNBERG

LIZ. TRAINERIN STRUCTOGRAM/TRIOGRAM • 2014 • DSZ SPEYER

LIZ. TRAINERIN STRESSMANAGEMENT • 2015 • FYB ACADEMY

BURNOUT-BERATERIN • 2017 • PARACELSDUS AKADEMIE

ZERTIF. BUSINESS COACH (EMCC) • 2018 • TEAM BENEDIKT

## EHRENAMTLICHE TÄTIGKEITEN

Richterin am Arbeitsgericht Nürnberg  
Unentgeltliches Coaching für Benachteiligte

