

## Expertise Christina Bolte

„Verbundenheit, Kreativität und Lebensfreude am Arbeitsplatz zu finden, fördert Gesundheit und entfaltet Potenziale – für Mitarbeiter und Unternehmen“ (Zitat: Christina Bolte)

### Expertin für betriebswirtschaftliche Gesundheit in Ihrem Unternehmen

Christina Bolte zeichnet sich aus durch ihre fundierten Kenntnisse und Erfahrungen sowohl in der Wirtschaft, als auch im Bereich der Gesundheit. Die Stärke der Unternehmenspraktikerin ist es, die Inhalte und ihr Wissen aus den verschiedenen Bereichen so auszudrücken, zu übersetzen und zu verknüpfen, dass es verständlich ist für Jedermann. Wichtig ist ihr dabei immer eine ganzheitliche, praxisnahe Betrachtungsweise. Bei ihren Beratungen kommt sie mitunter zu überraschend kreativen Lösungsansätzen. Ihre Kunden sind überwiegend kleine und mittelständische Betriebe aus der Dienstleistungs-Branche.



### Kompetenzen & Erfahrungen

- )] **Diplom-Wirtschaftsingenieurin** (FH), Schwerpunkt Controlling & Energietechnik
- )] **Master of Advanced Studies (MAS) in Spiritueller Theologie**, aus dem sie auch neue Denkansätze fürs Unternehmertum für mehr Zufriedenheit, Wohlbefinden und Mitarbeiterbindung ableitete; Masterarbeit zum Thema „*Verbundenheit, Spiritualität, Burnout – eine wissenschaftliche Betrachtung*“
- )] **Zertifizierte Balance-Lotsin®** (Gutachter, Supervisor & Navigator), Auditorin für Psychische Gefährdungsbeurteilungen & den Betrieblichen Präventions-Index (BPI) sowie Spezialistin für Prävention & Wiedereingliederung
- )] 13,5 Jahre Erfahrung in der **Automobilindustrie** (BMW Group), (davon 11 Jahre Controlling und 2,5 Jahre Einkauf)
- )] Seit 2012 Selbständige Tätigkeit als Unternehmensberaterin für Unternehmens-Gesundheit: siehe auch <http://www.unternehmens-gesundheit.de>
- )] **Fremdsprachenkenntnisse**: Englisch fließend sowie Französisch & Spanisch umgangssprachlich
- )] Darüber hinaus ist sie Pilgerbegleiterin, mehrfache Buchautorin (u.a. „Den Jakobsweg ins Leben nehmen“) & Podcast-Moderatorin. Gerne bringt sie ihre Kompetenzen vom Pilgern auch in den Unternehmens-Kontext ein.

### Schwerpunkte / Meine Leidenschaft gilt:

- )] **Betriebliches Wiedereingliederungsmanagement (BEM)**: operatives Eingliedern von Mitarbeitenden sowie Schulung & Unterstützung von Unternehmen beim Aufbau eigener Prozesse
- )] **Betriebswirtschaftliche Gesundheit in Ihrem Unternehmen**: So sparen Sie mit Investition in die betriebliche Gesundheit Geld!
- )] **Vorbeugung und Aufklärung zum Thema Druck & Belastungen**: Vorträge/Schulungen/Seminare/Workshops (z. B. „*Stresspräventions-Kurs to go*“, Wege aus dem Hamsterrad, Fit im Job, Kreativitätsmanagement, Unternehmens-Pilgertage zur Stressprävention etc.)
- )] **Einzel- und Kleingruppen-Coaching**
- )] **Beurteilungen (Audits) für betriebliche Prävention sowie für psychische Belastungen** inkl. Dokumentation und Organisation von resultierenden Maßnahmen
- )] **Betriebliche Gesundheitsmanagement-Programme & Gesundheitstage**: Planung, Organisation und Koordination von Anbietern der entsprechenden gesundheitsfördernden Maßnahmen
- )] **Interkulturelle Verständigung**: Kompetenztraining zur Stärkung der Mitarbeiterbindung ans Unternehmen
- )] **„Von der Zukunft her führen“**: Workshops der Methode von Otto C. Scharmer „Theorie U“

