



zeit|raum

## Coaching für den Mittelstand

---

Das zeit|raum, Zentrum für Coaching, Therapie und Seminare, in Erlangen-Tennenlohe, wurde im September 2007 gegründet. Im Vergleich zum vergangenen Jahr hat sich die Zahl der Klienten, die sich an die beiden Inhaberinnen Andrea Baumgärtl und Julia Ludwig wenden, verdoppelt. Sie fragen um Rat und Hilfe nach, wenn es um Karriereplanung, Veränderungswünsche, Angst vor Arbeitsplatzverlust, Konflikte mit Kollegen oder Mobbing geht.

Stark nachgefragt werden zudem Coachings für Firmen und Workshops zu Work-Life-Balance, Kommunikation, Konfliktlösung, sozialer Führungskompetenz und Teambildung. Die Kunden kommen aus verschiedenen Branchen, vom Reisebüro über den Handwerksbetrieb bis zur Klinik oder Bank. Eines der Schwerpunktthemen von zeit|raum ist die Vorbeugung gegen das Burnout-Syndrom: Für Privatpersonen und Unternehmen, die an der Prävention interessiert sind, bieten die beiden Trainerinnen den Workshop „Burnout-Prävention und Stressbewältigung“ an, der von der Siemens Betriebskrankenkasse zertifiziert wurde und auch von anderen gesetzlichen Krankenkassen bezuschusst wird.

- <http://www.mein-zeitraum.de/>

WiM – Wirtschaft in Mittelfranken, Ausgabe 11/2009, Rubrik Unternehmen | Personen, Seite 76

---