

Ihr Gewinn

- Kostenfreie und anonyme Beratung
- Akuthilfe in Krisensituationen
- Ein multiprofessionelles Expertenteam steht Ihnen für all Ihre Fragen zur Verfügung
- Erhaltung bzw. Verbesserung Ihrer Gesundheit
- Schnelle, effektive Bewältigung von Problemen und Belastungen
- Wir helfen bei der Vereinbarkeit von Familie und Beruf
- Wir unterstützen Ihre Work-Life-Integration



Wie Sie uns erreichen



0800 2863007
anonym und kostenfrei

Mo. – Fr. 06.00 – 08.00 Uhr
12.00 – 15.00 Uhr
18.00 – 20.00 Uhr

oder
per E-Mail: eap@advice-team.de

Stressabbauende Telefonberatung

„Der Mensch
ist das Maß
aller Dinge“



Advice Team
human resources

Advice Team – human resources

Rathenastraße 12
30159 Hannover
Telefon 0511 36086981
Fax 0511 51515340
info@advice-team.de
www.advice-team.de

**Akuthilfe und
psychosoziale Beratung**

SCHNELL, ANONYM, UNKOMPLIZIERT



0800 2863007

Advice Team
human resources

Unternehmensgruppe Bund

Psychische Belastungen

Seelische Belastungen und psychische Erkrankungen sind die Herausforderungen unserer Zeit. In vielen Fällen kann bereits eine telefonische Beratung genügend Unterstützung bieten und der erste Schritt zu mehr Lebensqualität sein.

Heutige Risikofaktoren:

- Fehlende soziale Netzwerke
- Stetig steigender Leistungsdruck
- Hoher Medienkonsum und ständige Erreichbarkeit bzw. weniger Pausen und Erholungszeiten
- Alkohol- und Drogenkonsum
- Finanzielle Probleme und Überschuldung



Kreuzen Sie an, welche Punkte auf Sie zutreffen

- Sind Sie oft müde und antriebslos?
- Fühlen Sie sich von Ihrer Arbeit überfordert?
- Gibt es Konflikte im Team und/oder mit Vorgesetzten?
- Fällt es Ihnen schwer, die Balance zwischen Privat- und Berufsleben zu finden?
- Haben Sie Schulden bzw. Geldsorgen?
- Fühlen Sie sich psychisch belastet bzw. psychisch krank (oder befürchten dieses)?
- Gibt es in Ihrer Beziehung immer wieder Probleme?
- Suchen Sie rechtlichen Rat?

Haben Sie einen Punkt oder mehrere Punkte angekreuzt, kann Ihnen unsere stressabbauende Telefonberatung helfen!

Um Ihnen in Krisensituationen und bei Beratungsbedarf schnell und effektiv zu helfen, können Sie ab sofort unsere stressabbauende Telefonberatung nutzen. Diese ist für Sie:

- **kostenfrei UND**
- **anonym**



Ausgewählte Anliegen

- Familiärer Stress (Partnerschaft, Trennung, Erziehung, Pflege von Angehörigen, Todesfälle, usw.)
- Berufliche Belastungen (Konfliktsituationen, Überlastung und Stress, Mobbing, usw.)
- Persönliche Anliegen (persönliche Weiterentwicklung, Zeit- und Selbstmanagement, usw.)
- Psychische, psychosomatische und/oder chronische Erkrankungen
- Schuldnerberatung
- Rechtsauskunft
- Informationsbeschaffung und Empfehlungen (bzgl. der Wohnsituation, Klinikaufenthalten, Therapiemöglichkeiten, usw.)



Advice Team
human resources