

**In-Bewegung zur Ruhe kommen \***

**Mag<sup>a</sup>. ANIKA HARB**

**Klinische Psychologin, Arbeitspsychologin, Coach  
Expertin für BURNOUT-Prävention und -Behandlung.**

Mutter von 2 Kindern, Unternehmerin



- Sie fühlen sich leer?
- Sie fühlen sich ausgebrannt?
- Sie haben das Gefühl, alles wächst Ihnen über den Kopf?
- Sie möchten, Ihr Leben wieder besser „in den Griff“ bekommen?
- Sie haben keine Zeit mehr für Dinge, die Sie früher so geliebt haben?
- Sie sind sich nicht sicher, ob Sie den Herausforderungen gewachsen sind?
- Sie plagt das schlechte Gewissen, da es nicht einfach ist Beruf und Familie zu vereinen?

**Wenn eine der obigen Fragen auf Sie zutrifft, freue ich mich darauf, Ihnen zur Seite zu stehen:  
Rufen Sie mich an – ich bin für Sie da und verstehe Ihr Problem.**

**Seit über 10 Jahren begleite ich Personen in schwierigen Lebenssituationen oder einfach nur  
Personen, die ihre Ziele effizient erreichen möchten und dabei noch das Leben genießen  
wollen. Gerne, stehe ich auch Ihnen mit meinem Know-How zur Seite!**

**Ich freue mich darauf, Sie kennen lernen zu dürfen!**

**Rufen Sie mich an (0650/2040085) oder schreiben Sie mir eine Mail: [anika.harb@trainkoop.at](mailto:anika.harb@trainkoop.at)**

**Sind Sie SVA-versichert? Ich bin Kooperationspartnerin für Burnout-Präventionsmaßnahmen: Hier  
finden Sie Infos zu Zuschüssen und mehr: [SVA-Kooperation](#)**

**\* Keine Zeit für ausreichend Bewegung?**

**Gerne führe ich meine Einheiten auch „in Bewegung“ durch: dh. raus in die Natur, im Laufschrift oder  
spazierend. So gewinnen Sie Zeit nicht nur für sich und Ihre Ziele, sondern auch für Ihre Bewegung und  
somit für Ihre Gesundheit!**