



STG Mental Health
Mentale Gesundheit für
erfolgreiche Unternehmen.

Gesunder Verstand. Starke Menschen. Erfolgreiche Unternehmen.

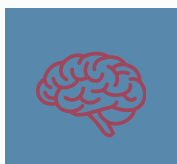
**Mentale Gesundheit wirksam stärken -
bevor Belastungen eskalieren**



+49 7144 8884482
+49 151 17669760

✉ stephan.grombach@stg-mentalhealth.de

🌐 www.stg-mentalhealth.de



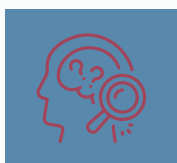
Mentale Gesundheit stärken

Praxisorientierte Seminare und Workshops zur gesunden Stressbewältigung und nachhaltigen Leistungsfähigkeit.



Führung gesund gestalten

Führungskräfteformate zu gesundem Führungsverhalten, Belastungssteuerung und Früherkennung psychischer Überlastung.



Belastungen früh erkennen

Stressanalyse & Mental Health Check zur frühzeitigen Identifikation individueller Belastungs- und Risikofaktoren.

Warum STG Mental Health?

Ich unterstütze Unternehmen dabei, mentale Gesundheit professionell und nachhaltig zu stärken.

Mein Ansatz verbindet langjährige Berufserfahrung in Unternehmen mit praxisnaher Gesundheitsförderung und wissenschaftlich fundierten Methoden.

So entstehen Lösungen, die wirtschaftlich sinnvoll und menschlich wirksam sind.

Lassen Sie uns mentale Gesundheit wirksam gestalten.



Mehr erfahren



Mentale Gesundheit ist kein Wohlfühlthema.

Psychische Belastungen zählen heute zu den größten Herausforderungen in Unternehmen.

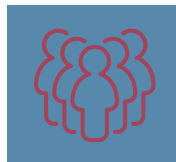
Steigende Fehlzeiten, zunehmende Überlastung und sinkende Leistungsfähigkeit wirken sich nicht nur auf Mitarbeitende, sondern auch auf Produktivität, Zusammenarbeit und Unternehmenserfolg aus.

Mentale Gesundheit ist deshalb kein „*Soft Skill*“, sondern ein strategischer Erfolgsfaktor für langfristig leistungsfähige und stabile Unternehmen.



Resilienz stärken

Präventive Maßnahmen helfen Mitarbeitenden und Führungskräften mit Belastungen gesünder umzugehen und langfristig leistungsfähig zu bleiben.



Mitarbeitende stärken

Mentale Gesundheit stärkt Motivation, Belastbarkeit und langfristige Leistungsfähigkeit.



Leistungsfähigkeit erhalten

Gesunde Mitarbeitende und Führungskräfte stärken Zusammenarbeit, Produktivität und Arbeitgeberattraktivität.

Mein Ansatz

Praxisorientiert. Wirtschaftlich gedacht. Menschlich umgesetzt.



Mein Leistungsportfolio

Ich unterstütze Unternehmen mit praxisorientierten Formaten, die **mentale Gesundheit und Leistungsfähigkeit** ihrer Mitarbeitenden wirksam und nachhaltig zu stärken – bevor Belastungen eskalieren.



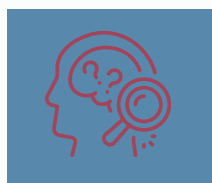
Seminare & Workshops

Praxisorientierte Formate zur gesunden Stressbewältigung, Burnout-Prävention und Förderung mentaler Gesundheit.



Führungskräfteformate

Gesunde Führung, Belastungssteuerung und Früherkennung psychischer Überlastung im Führungsalltag.



Stressanalyse & Mental Health Check

Wissenschaftlich fundierte Analyse individueller Belastungs- und Risikofaktoren mit persönlichem Auswertungsgespräch.



Psychische Gefährdungsbeurteilung

Strukturierte Analyse psychischer Belastungen im Arbeitsumfeld inklusive Workshop zur Maßnahmenentwicklung.



Vorträge & Impulse

Zusätzlich buchbar: Vorträge, Impulse oder Speaker-Formate für Fachtage, Gesundheitstage und Führungskräfte-Events

- Mental Health verstehen
- Raus aus dem Stressmodus
- Gesunde mentale Leistungsfähigkeit

Alle Leistungen individuell auf Ihr Unternehmen abgestimmt.



Über mich



Ich bin Stephan Grombach, zertifizierter Mental Health- und Burnout-Präventionstrainer mit langjähriger Erfahrung in Vertrieb, Projektmanagement und Führung in Unternehmen.

Ich kenne die Realität von Leistungsdruck, Verantwortung, Zielkonflikten und hohen Erwartungen aus eigener beruflicher Praxis.

Mein unternehmerischer Ansatz verbindet mentale Gesundheit mit einer Sprache, die Unternehmen verstehen und akzeptieren.

Was mich auszeichnet

- Mehrsprachigkeit: Deutsch, Englisch, Französisch
- Interkulturelle Kompetenz (u.a. durch Master-Studium in den USA)
- Langjährige Führungs-, Vertriebs- und Projekterfahrung
- Internationale Einsetzbarkeit
- Hoher Praxisbezug durch eigene gesundheitsbezogene Erfahrungen
- Individuelle Stressanalysen mit persönlicher Auswertung

**Lassen Sie uns gemeinsam mentale Gesundheit wirksam gestalten.
Ich freue mich auf den Austausch mit Ihnen.**

Telefon: +49 7144 8884482

Mobil: +49 151 17669760

E-Mail: info@stg-mentalhealth.de

Web: www.stg-mentalhealth.de



Mehr erfahren