



anonym · vertraulich · kostenfrei

Verstehen. Beraten. Verändern.

Unabhängige
Mitarbeiter*innenberatung
für die Mitarbeiter*innen
der Kindergärten NordOst

Reden kann jeder.



Liebe Mitarbeiter*innen,

die unabhängige Mitarbeiter*innenberatung steht Ihnen als Mitarbeiter*in der Kindergärten NordOst zur Verfügung und ist für Sie kostenfrei. Wir begegnen Ihnen respektvoll, wertschätzend und vertraulich. Die Gespräche unterliegen der Schweigepflicht. Das gilt auch gegenüber Ihrem Arbeitgeber. Niemand erfährt, dass Sie diesen Service in Anspruch nehmen.

Die Ziele der unabhängigen Mitarbeiter*innenberatung

Gemeinsam mit Ihnen möchten wir Ihre mentale Gesundheit stärken und erhalten, indem wir

- Belastungen erkennen, Ursachen verstehen, Veränderungen planen und umsetzen
- Ihre eigenen Fähigkeiten sehen und stärken
- Lösungen finden und neue Wege entdecken
- mit Problemen, die nicht veränderbar sind besser umgehen lernen
- Sie dabei stärken, selbst innerlich freier und offener zu werden

Die Themen der unabhängigen Mitarbeiter*innenberatung

Unterstützung bei privaten und beruflichen Problemen wie z. B.

- psychische Belastung am Arbeitsplatz
- Konflikte mit Kolleg*innen und Vorgesetzten



- Coaching für die persönliche oder berufliche Weiterentwicklung
- Life-Balance, Burnout und Stressanzeichen
- Alkoholprobleme, Medikamentenmissbrauch, Spielsucht
- persönliche und familiäre Krisen
- Organisatorische Probleme (z. B. Kinderbetreuung, Pflege von Angehörigen)
- Schulden, soziale Ausgrenzung
- Krisensituationen, Trauer, Angst

Die unabhängige Mitarbeiter*innenberatung ist eine „Erst“-Beratung und kein Therapieersatz.

Immanuel Dialog – wer wir sind

Die unabhängige Mitarbeiter*innenberatung wird durch unsere hierfür ausgebildeten Fachkräfte angeboten. Sie verfügen über akademische Abschlüsse und Qualifikationen in den Bereichen:

- Psychologie und Gesundheitspsychologie
- Familienberatung, Paar- und Kindertherapie
- Sozialpädagogik
- Gesundheitsberatung
- Coaching, Supervision, Mediation

Wir kooperieren bei Bedarf mit weiteren Partnern.

Bitte nehmen Sie Kontakt mit uns auf.

Unsere Beraterin



Stefanie Lemmer
Prävention und Gesundheitspsychologie (B. A.)
Mediatorin, Life Coach
Beraterin im Gesundheitsmanagement

Persönliche Belastungen sind vielfältig und umfassend. Deshalb wird jeder Beratungsprozess individuell und ganzheitlich gestaltet.

Beratungsort und Beratungszeiten

- 1. Mittwoch im Monat, 15:00 bis 19:00 Uhr (4 Termine)
Bildungs- und Begegnungszentrum KiGäNo
Reriker Straße 18 · 13051 Berlin
- 3. Mittwoch im Monat, 8:00 bis 10:00 Uhr (2 Termine)
Immanuel Dialog · Zelterstraße 14 · 10439 Berlin
- Individuelle Termine sind möglich und per E-Mail oder über die angegebene Mobilnummer zu vereinbaren

Vereinbaren Sie Ihren Termin

- im Online-Buchungskalender (QR-Code)
 [dialog.immanuel.de/leistungen/
online-anmeldung/mitarbeiterberatung-
kindergaerten-nordost](https://dialog.immanuel.de/leistungen/online-anmeldung/mitarbeiterberatung-kindergaerten-nordost)
- per E-mail: stefanie.lemmer@immanuelalbertinen.de
- telefonisch: 0152 04 54 91 02

Immanuel Dialog

Zelterstraße 14 · 10439 Berlin

Tel. 030 41 72 20 33

dialog.immanuel.de