

„EAP / Employee Assistance Program“

Mitarbeitenden Information zur Psycho-sozialen Beratung

Liebe Mitarbeitende,

Ihre psychische und soziale Gesundheit liegt uns am Herzen. Durch die steigenden vielfältigen Herausforderungen im beruflichen als auch oft im privaten Umfeld möchten wir Sie als Arbeitgeber in Krisensituationen beratend unterstützen. Deshalb bieten wir Ihnen gemeinsam mit unserem Partner BG prevent eine **vertrauliche und für Sie kostenfreie psycho-soziale Beratung** an, die Sie in schwierigen beruflichen und privaten Lebenslagen professionell unterstützt.

Was bietet Ihnen die Beratung?

Unsere Beratung ist **ressourcen- und lösungsorientiert**. Durch geschulte Beratende unterstützen wir Sie dabei:

- Entlastung in schwierigen Situationen zu erfahren
- Ihre Handlungssicherheit zu stärken
- Mentale Stabilität zu gewinnen

Die Beratung hilft Ihnen, **belastende Situationen frühzeitig zu erkennen und aktiv anzugehen**, und fördert langfristig Ihre **Arbeitsfähigkeit**. So können Sie sowohl beruflich als auch in privaten Krisensituationen **klarer handeln und gelassener agieren**.

Typische Beratungsthemen

- Psychische Belastungen (z. B. depressive Verstimmung, Burnout, Überforderung, Hilflosigkeit, Existenzängste)
- Umgang mit Konflikten, Ängsten und Krisen (z. B. Trennung, Trauer)
- Belastungen am Arbeitsplatz (z. B. Überlastung, Rollenkonflikte, Sachverhalte rund um den Kinderschutz)
- Persönliche Veränderungen (z. B. Entscheidungsfragen, Suchtverhalten)

Inanspruchnahme der Beratung

- **Vertraulichkeit:** Alle Gespräche unterliegen der Schweigepflicht.
- **Kostenfreiheit:** Die Beratung ist für Sie kostenfrei.
- **Erreichbarkeit:** Telefonische Beratung ist **montags bis freitags von 8–17 Uhr** möglich, persönliche Termine bei den Beratenden nach Vereinbarung.

Zögern Sie nicht, sich Unterstützung zu holen – wir stehen Ihnen **vertrauensvoll zur Seite**. Die Beratung ist ein **präventives Angebot** der Kita-Gesellschaft Magdeburg mbH, das Ihnen hilft, Herausforderungen frühzeitig zu bewältigen und Ihre **mentale Stärke langfristig zu sichern**.