



**Lehman**  
*Partners*

# Vi hjælper dig med at *finde fodfæste*



Lehman Partners er et konsulenthus,  
der tilbyder skræddersyede, effektive og  
evidensbaserede læringsforløb



”

*At have et job man holder af, at det job bliver flyttet og lukket, at søge et nyt job, at få det, at blive lovet en masse, at blive skuffet, at blive stressramt, at måtte være tro mod sig selv, og opsiges samarbejdet med den nye arbejdsplads – ja, det er en ordentlig mundfuld.*

*At have været den robuste, den solide klippe, den stærke – så blev man pludselig den lille, den sårbare, den der havde nemt til gråd.*

*Af hjertet tak til Lehman Partners. I hjalp mig gennem en svær tid, og sammen fik vi mig "tilbage" – men nu meget stærkere end før, og udstyret med gode værktøjer til fremover, at kunne klare svære perioder uden at blive stressramt.*

*I er bestemt nogle af hverdagens helte.*

Anette  
2021

Lehman Partners tilbyder skræddersyede, effektive og evidensbaserede læringsforløb, som er hurtigt omsættelige i en travl hverdag, og som hjælper mennesker til at mestre deres arbejdsliv.

Vi er specialiserede i psykiske ubalancer som f.eks. stress, angst og lettere depressions problematikker, og har mere end 15 års erfaring i at hjælpe mennesker til at finde eller genfinde fodfæstet i (arbejds)livet.

Vores tilgang er helhedsorienteret og eklektisk baseret – vi ser det hele menneske vi står overfor. Vi gør brug af personlige og digitale værktøjer, og udvælger nøje den rette sammensætning af læring og samtaler inden opstart i vores forløb. Vi hjælper med at skabe indblik i egne tanker – såvel som kropslige processer for derved at skabe udsyn og handling.



Vi tilbyder bl.a.:

### Individuelle samtaler

Du behøver ikke klare alt selv. Det kan give god støtte og nye handlemuligheder at tale din personlige og/eller professionelle situation igennem med en af vores specialister. Vi tilbyder klippekort, så du kan gøre brug af samtalerne, når du har behov.

### Foredrag og workshops

Du kan booke en af vores specialister til at holde oplæg, foredrag på gå-hjem-møder, konferencer, udviklingsdage, workshops etc. på din arbejdsplads. Emnerne kan være om stress, arbejdsglæde, psykisk førstehjælp, travsel i en travl tid, stressdrejebog for ledere mm. Vi designer oplægget efter jeres behov.

### Online-forløb

Måske du føler du hænger fast med neglene i bordkanten, og har et behov for at vende dine udfordringer i et konfidentielt forum. Via et gennemarbejdet og helhedsorienteret mestringsforløb introduceres du til let omsættelige trivselsstrategier med fokus på at genvinde det gode humør og dermed skabe håb og trivsel for fremtiden.

### Vi har kun én krop – pas på den

Vi tænker og tænker – nogle gange for meget. Vi forsøger at regne ting ud på forhånd, og vi bekymrer os ofte unødigt. Og så glemmer vi det allervigtigste – vores krop. Hos Lehman Partners har vi fokus på kroppens ressourcer. Vi tilbyder søvnforløb, så du kan lære at værne om din kilde til genopladning og restitution. Ligeledes tilbyder vi mindfulness, yoga, afspænding og bevægelse i naturen, så dit sind og krop arbejder bedre sammen.



Har du lyst til at høre mere om hvad vi kan tilbyde dig, så kontakt:

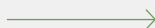
Jill Rübenach Holst  
Souschef  
+45 61 12 00 26  
[jill@lehman-partners.dk](mailto:jill@lehman-partners.dk)



**Lehman**  
*Partners*

Lehman Partners er et konsulenthus med mere end 15 års erfaring i at hjælpe mennesker med psykiske og/eller fysiske ubalancer til at finde fodfæste. Vi samarbejder med virksomheder, kommuner og privatpersoner, og byder hvert år mere end 1500 kursister velkommen, og glæder os over hver eneste, som genfinder livsglæden, arbejdslysten og trivlsen i hverdagen.

Læs mere på [lehman-partners.dk](http://lehman-partners.dk)



## Skodsborg

Grevinde Danners Palæ  
Skodsborg Strandvej 113  
2942 Skodsborg

## Aabenraa

Rhederi M. Jebsen Bygningen  
Michael Jebsens Plads 1-3, 2. sal  
6200 Aabenraa

+45 2010 0526  
[info@lehman-partners.dk](mailto:info@lehman-partners.dk)  
[www.lehman-partners.dk](http://www.lehman-partners.dk)

Følg os på



CVR: 36 93 27 32