



CORPORATE MINDSHIFT

MENTAL HEALTH (ER)LEBBAR MACHEN

Das Teuerste, was Unternehmen in Sachen Mental Health machen können? Nichts.



* Beispiel Mental Health Box

FIRST STEPS

Euer Start rein ins Thema

- **1 Tag**
- Kick-Off Impulsvortrag (45')
- Führungskräfte-Workshop (2h)



ab 2.900 €*^{*}

einmalig

DIVE DEEPER

Mental Health zum Kennenlernen

- **3 Monate Begleitung**
- Kick-Off Impulsvortrag (45')
- Führungskräfte-Workshop (**4h**)
- Mental Health Box für die FK
- Begleitende App
- Follow-up-Mail-Reihe
- Print-Paket fürs Büro



ab 1.340 € / Monat*

zzgl. einmaliger Setup-Gebühr ab 3.100 €

FULL SHIFT

Die umfassende Jahresbegleitung

- **12 Monate Begleitung**
- Alles aus DIVE DEEPER:
 - Kick-Off Impulsvortrag (45')
 - FK-Workshop (4h)
 - Mental Health Box für die FK
 - App-Zugang für alle
 - Follow-up-Mail-Reihe
 - Print-Paket fürs Büro (**x2**)
- Bewegungs- & Ernährungsformate
- Kreative Teamformate (LEGO)
- 4 Vertiefungsworkshops
- Mental Health Möbel vor Ort
- Eigene Mental Health Guides



ab 3.049 € / Monat*

zzgl. einmaliger Setup-Gebühr ab 3.100 €

WAS EIN DEEP DIVE EUCH SPART:

Mentale Belastung kostet Euch schon jetzt je nach Branche zwischen **800 - 2.500 € pro Kopf und Jahr.**

- Eine verhinderte Kündigung: Ø 70.000 €
- Ein mental stabiles Team: bis zu 30 % mehr Performance
- 1 € investiert spart 4 € an Folgekosten

Bei Dive Deeper (3 Monate = ab 7.100 €) deckt eine einzige verhinderte Kündigung die gesamte Investition – fast zehnfach.



WER MACHT MIT, WAS FÜR WEN:

- **FK-Workshops:** bis 15 Führungskräfte pro Durchlauf + Mental Health Box
- **Guide-Ausbildung:** Kohorte von 8-12 Personen
- **Kreativ- & Vertiefungsformate:** (bei Full Shift) bis 20 Personen pro Durchlauf
- **Vortrag, App, Print, Mails** für alle MA

**Eure Kosten.
Eure Entscheidung.
Unser Wissen.**



* abhängig von der Anzahl Mitarbeitende

WO EIN MENSCH, DA EINE MENTAL HEALTH

Auch im Büro. In der Praxis. Im Betrieb.

Jede Pause, die keine ist. Jedes Missverständnis, das zu Konflikten führt. Jedes Meeting, bei der sich die Hälfte der Anwesenden nicht wohl fühlt.

Das geht anders. Das wollt Ihr anders. Das rechnet sich – finanziell. Aber auch menschlich.

SO FÜHLT SICH EIN DEEP DIVE AN:

Was passiert, wenn Ihr Euch für das **3-Monats-Paket** entscheidet?



STEP 1 ONBOARDING

Wir lernen Euch kennen –
wo steht Ihr, wo wollt Ihr hin.
Wir bereiten zusammen
alles vor – App-Zugänge,
TN Workshops, ...

MONAT 1

WE START

Kick-Off-Vortrag
“Mental Health Rocks”
+ Partner App für
Etablierung von Routinen



**MENTAL HEALTH
BOX KOMMT AN**

MONAT 2

WE LEAD

Halbtages Führungs-
kräfte-Workshop
verlängerter Impact dank
vorausgeschickter Box



MONAT 3

WE READ

Sichtbarkeit Print-Paket
(Sticker, Poster, Karten, ...)
+ Follow-Up E-Mail
Workshop

STEP 5 YEAH!

Wir werten gemeinsam aus
(App-Daten), sprechen über
Nachhaltigkeit und Euren
weiteren Mental Health Plan

Laufend:

WE ARE IN THIS TOGETHER

Gemeinsamer Jour Fixe zur kontinuierlichen Abstimmung – App-Support



BONUS: DER AKKU-CHECK

Wie voll ist Euer Akku gerade?
Natürlich nicht der von Laptop oder Smartphone. Sondern Eurer.

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

Wie ladet Ihr? Wann?

JA, MENTAL HEALTH IST UNS WICHTIG!

LET'S TALK!

Passt der Mindshift zu Euch?
Passt Ihr zu uns – und wir zu Euch?
Vielleicht habt Ihr einfach mal Fragen
rund um mentale Gesundheit?
→ 20-Minuten-Check-in mit
Dominique buchen, unverbindlich.



Mental Health Crowd GmbH
info@mentalhealthcrowd.de
www.mentalhealthcrowd.de



Werinherstr. 3
81541 München
+49 89 96 20 86 19

REAL TALK. REAL IMPACT. REAL MENTAL HEALTH.