Alexander Haener

Keynote-Speaker | Resilienz-Trainer | Mediator



Referentenprofil

Phönix Resilienz | Im Hinterkirch 7 | CH-4153 Reinach
www.phoenix-resilienz.ch | info@phoenix-resilienz.ch



Vorname | Name	Alexander Haener
Adresse	Im Hinterkirch 7 CH-4153 Reinach
Geburtstag	15. Mai 1973
Telefon	+41 78 880 34 91
E-Mail	aha@phoenix-resilienz.ch
Website	www.phoenix-resilienz.ch

Ich beschäftige mich seit einem Burnout mit dreissig Jahren intensiv mit den Themen Stress und Resilienz. Ich habe mir die Frage gestellt, wie ich in die Krise geriet und welche Ressourcen und Fähigkeiten mir halfen, die schwierige Lebenssituation zu meistern.

Themen Referate und Workshops	Umgang mit Stress, Resilienz stärken Entscheiden, authentisch leben, mehr Selbstbewusstsein, Lebensglück
Ansatz	Vermitteln von leicht verständlichen, wissenschaftlich fundierten Informationen zu den oben beschriebenen Themen. Mischung aus Theorie und praktischen Übungen. Praxisnah, Jobkompatibel und weitervermittelbar. Mit viel Lachen und Humor.

Veröffentlichungen	**«rabenschwarz»** Das etwas andere Resilienz-Buch ISBN 978-3-86460-652-6
Ausbildungen	Wellbeing- und Resilienz Coach Mediator | InnerCoach | Erwachsenen-bildner
Sprachen	deutsch | englisch

Auszeichnungen

2019	**International Council of Stress Management Professionals** ICSMP Award 2019

Seminare und Referate [Auszug]

2020	**Ärztekongress Davos der Lunge Zürich** Hauptreferat zum Thema «Die Kunst der Entscheidung»
2019	**6th International Conference on STRESS MANAGEMENT, Hyderabad** Keynote «Living in Paradise»
	Schulheim Röseren, Liestal Stress und Resilienz Tagesseminar
2018/2019	**ÄRZTEKASSE, Urdorf** «NoStress» Tagesseminar «Entscheiden» Tagesseminar
	SVA Schweizerischer Verband Medizinischer PraxisAssitentinnen «NoStress» Tagesseminar
2013/2018	**AZB Ausbildungszentrale Bund** Gesund am Arbeitsplatz Gesund in die Pensionierung
2014/2017	**Rettung Basel** Gesundheitstage Aktiv mittendrin (Gesund 50+)
2016/2018	**Obergericht ZH** Gesund am Arbeitsplatz
2017	**Kantonsspital BL** Stress und Resilienz Referat

Phönix Resilienz | Im Hinterkirch 7 | CH-4153 Reinach
www.phoenix-resilienz.ch | info@phoenix-resilienz.ch

Berufliche Stationen

seit 05/18	**Phönix Resilienz** Durchführen von Seminaren, Referaten und Workshops zu den Themen Stress und Resilienz. Organisieren von NoStress-Kongressen. Einzeltrainings zum Umgang mit Stress.
02/14 – 05/18	**MÄNNERPRAXIS UND CHC AG** Geschäftsführung der MÄNNERPRAXIS von Dr. med. Marco Caimi. Führen von Gesprächsgruppen in den Themen Resilienz und Burnout. CHC AG Geschäftsführung und Referate | Seminare zu den Themen Gesundheit, Ernährung, Stress und Resilienz für Firmen, Institutionen und Behörden. Gesamthaft mehr als 2500 Referatsstunden.
01/07 – 02/14	**ÄQUILIBRIS REHAB UND SEMINARE AG** Geschäftsführer und Seminartrainer mit Dr. med. Marco Caimi. Organisieren von Seminaren, Referaten und Kongressen im Gesundheitsbereich. Teilzeiteinsätze als MedX-Kräftigungstherapeut und medizinischem Masseur.
08/03 – 01/07	**Compi Klinik** Inhaber der Compi Klinik. Computersupport, Schulungen und Einzeltrainings. Reparaturen und Installationen.
05/03 – 08/03	**Burnout** Burnout mit Klinikaufenthalt. Lebensprägende Erfahrung

Grundausbildung

1989 - 1993	**Hochbauzeicher** Thomas Bally Architekturbüro, Basel

Hobbys

CrossFit, Computer und Technik, Kino, Sitting in Silence



ICSMP
International Council of Stress Management Professionals
Sydney AUSTRALIA

INTERNATIONAL COUNCIL OF
STRESS MANAGEMENT PROFESSIONALS

CERTIFICATE

ICSMP AWARDS 2019

Alexander Haener

In recognition for positive contribution towards
Awareness and Application
of Stress Management subject

November 29, 2019, Hyderabad, India

Ian Shakespeare
Secretary, ICSMP

B. Udaya Kumar Reddy
Chairman, ICSMP

(Australian Charitable Company Number ABN: 13 610 643 439)
Level 7, 179 Queen Street, Melbourne 3000, Victoria, AUSTRALIA

www.icsmp.org