

“Heidies tilknytning til Axxess gjorde det relativt nemt for mig at stoppe op og bede om hjælp, før jeg for alvor fik stress. Jeg havde tiltagende musearme og en kone med samme problem, så familien var ramt både fysisk og psykisk. Et år forinden havde jeg fulgt et stress-spotterkursus hos Heidie. Desuden havde Heidie hjulpet en nær kollega ovenpå efter alvorlig stress – en historie som blev evalueret åbent i afdelingen sammen med Heidie og kollegaen. Stress-spotterkurset og evalueringen havde stor værdi i forhold til selv at trække i nødbremsen i tide.

Heidie har været en uvurderlig redningsplanke og hjælp til selvhjælp – både for mig, og især for min kone. Uden Heidies hjælp var min kone gået helt ned med stress, og hun er ligeledes meget taknemmelig.

I dag – godt et år efter og ovenpå igen – står Heidie for mig som symbol på et nyt liv: Nye kostvaner, nye tankebaner, meditation og vejrtrækningsteknik er nogle af de ting, Heidie har bidraget til, foruden værdifulde kontakter til de bedste behandlere og terapeuter.

Endelig er Heidie jo en humørbombe med en livsglæde, der smitter. Heidie udstråler utrolig meget energi, og man bliver nærmest genopladet efter en samtale. Jeg konsulterer fortsat Heide ca. 1 gang om måneden, og Heidie kommer hver uge forbi i afdelingen for lige at se, hvordan alle har det. Vi er fantastisk privilegerede at have en coach som Heidie i Axxess”.