

Presseinformation 01 – November 2020

## Neues Sachbuch über Sicherheit

Aus der Praxis – für die Praxis: Was wir von einer Personenschützerin lernen können

**„Sicherheit und Deeskalation“ stehen im Mittelpunkt des neuen Sachbuchs der Stuttgarter Autorin und ehemaligen Personenschützerin Heidi Prochaska. Sehr groß ist die Nachfrage nach ihren Seminaren, immer wieder wurde sie von den Teilnehmern gebeten, doch einen kompakten Ratgeber zu verfassen. Herausgekommen ist ein Buch, das absolut lösungs-, zweck- und sachorientiert aufgebaut ist.**

Kenntnisse und Strategien, die in jahrelanger Praxis von Heidi Prochaska entwickelt und angewandt wurden, werden nachvollziehbar – und somit für jeden erlernbar – erläutert. Wie schärfen wir unsere Menschenkenntnis, wann können wir unserer Intuition vertrauen? Sich sicher zu fühlen, oder aber unsicher zu sein, das hat auch eine subjektive Note. Heidi Prochaskas Buch ist eine wertvolle Hilfe, wenn es darum geht, einen klaren Kopf zu behalten. Sich selbst und dann andere deeskalieren zu können, ist eine wichtige Voraussetzung, um ein sicheres Umfeld zu schaffen.

Immer wieder hat sich Heidi Prochaska in ihrer aktiven Zeit als Personenschützerin weiterentwickelt. Ganz bewusst sah sie sich als Lernende. Heute gibt sie in ihren Seminaren alle Methoden, die tatsächlich funktionieren, an ihre Teilnehmer weiter. Das Sachbuch „Sicherheit und Deeskalation“ ist ein wertvolles Handbuch für alle, die in gefährlichen oder auch nur vermeintlich gefährlichen Situationen wissen wollen, wie sie sich am besten verhalten.

Das Taschenbuch erscheint im **Dezember 2020** im Atlatus Verlag, Stuttgart. Erhältlich, im Buchhandel, bei Amazon oder direkt beim Atlatus Verlag für **24,34 EUR (D)**. ISBN 978-3-9813203-6-7

### Zur Autorin:

Heidi Prochaska, geboren in Essen, ist Inhaberin der Ändere Dich GmbH, zertifizierter Coach, Trainerin und Autorin. Wie man mit Sicherheit und Deeskalation umgeht, weiß sie aus eigener Erfahrung. Sie war viele Jahre als Beraterin und Personenschützerin tätig. Heute lebt sie in Stuttgart und gibt ihr Wissen in Seminaren, Vorträgen und Coachings weiter.

### Weitere Bücher von der Autorin:

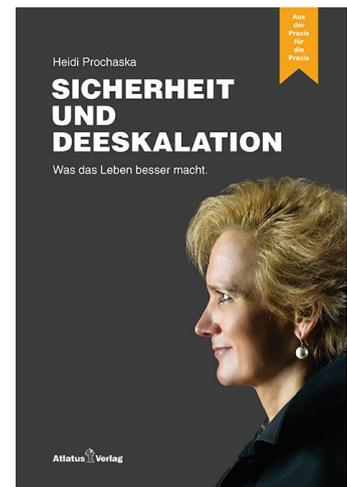
Von der Autorin sind bereits die beiden erzählenden Ratgeber „ÄNDERE DICH! Der Weg zum Erfolg“ und „ENTSCHEIDE DICH! Der Weg zum Ziel“ im Atlatus Verlag, Stuttgart erschienen.

ÄNDERE DICH! Der Weg zum Erfolg (2009)  
ENTSCHEIDE DICH! Der Weg zum Ziel (2011)

**Atlatus Verlag**

Ansprechpartner Brigitte Lehner

info@atlatus.de  
+49 (0) 711/75 85 89 99  
www.atlatus.de



*Buchcover*



*Heidi Prochaska*

**Inhouseseminar:**

Sollten Sie ein Inhouseseminar für Ihre Mitarbeiter buchen wollen, stehen wir Ihnen gerne zur Beratung und Abwicklung unter [info@atlatus.de](mailto:info@atlatus.de) oder 0049 15115774832 zur Verfügung.

**Interview:**

- Für ein Interview steht die Autorin gerne zur Verfügung.

Melden Sie sich unter [info@atlatus.de](mailto:info@atlatus.de).

**Pressekontakt:**

yes or no Media GmbH  
Brigitte Lehner

Vor dem Lauch 4  
D-70567 Stuttgart

Fon +49 (0) 711/75 85 89 00  
[presse@yes-or-no.de](mailto:presse@yes-or-no.de)  
[www.yes-or-no.de](http://www.yes-or-no.de)