



Alex George

FÖRESPRÅKARE FÖR PSYKISK HÄLSA · FÖRFATTARE · INFLUENCER ·
MEDIAPERSONLIGHET

Dr Alex George är en läkare utbildad inom den brittiska hälso- och sjukvården (NHS) och mediepresentatör som hjälper organisationer och publik att förstå mental hälsa, välbefinnande och kommunikation om folkhälsa i arbets- och utbildningssammanhang.

- NHS-utbildad läkare med erfarenhet av akutsjukvård, bland annat vid University Hospital Lewisham
- Utsedd till brittisk regerings ambassadör för ungdomars psykiska hälsa
- TV-programledare och medverkande, bland annat i ITV:s Lorraine, BBC Watchdog och Celebrity MasterChef
- Värd för den välbefinnandefokuserade podcasten Stompcast och hälsointervjuserien The Waiting Room
- Författare till Sunday Times bästsäljande böcker, inklusive Live Well Every Day och The Mind Manual, samt barnboken Happy Habits
- Samarbetat med organisationer för ungdomars psykiska hälsa, bland annat YoungMinds och Anna Freud Centre

Alex George:s 2026 biografi

Viktiga talämnena

- Ungdomars psykiska hälsa
- Välbefinnande på arbetsplatsen
- Utbildning i psykisk hälsa
- Kommunikation om folkhälsa
- Att skapa hälsosamma vanor
- Psykisk kondition och resiliens
- Media och hälsoinformation

Perfekt för

- Företag som prioriterar sina anställdas välbefinnande
- Utbildningsledare och skolnätverk
- HR- och personalavdelningar
- Publik sektor och vårdpersonal

Resultat för målgruppen

- Tydlig förståelse för ungdomars och arbetsplatsers utmaningar inom mental hälsa
- Praktisk insikt i hur man skapar hållbara välbefinnandevanor
- Större självförtroende att diskutera psykisk hälsa öppet och ansvarsfullt
- Förståelse för hur man kommunicerar hälsorelaterade budskap på ett

TILLGÄNGLIG FÖR

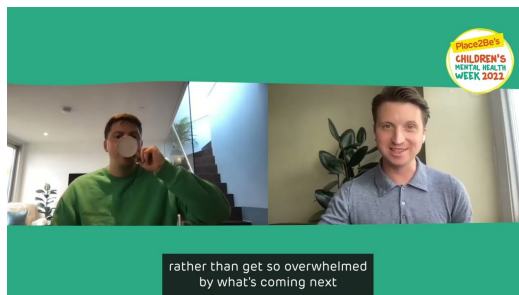
- Engagemang efter middagen
- Evenemangsvärdskap
- Föreläsningar
- Moderering och konferencier
- TV och media

ALEX:S TALANDE TEMAN

- Berättande och affärskommunikation
- Hälsa och välbefinnande
- Lärande och utveckling
- Medarbetarvälbefinnande
- Psykisk hälsa på arbetsplatsen

SPRÅK: Engelska

Alex George's Videos



Vad Alex Georges kunder säger

Vi var ivriga att arbeta med Dr Alex efter att ha utvecklat vår emotionella pelare inom konsumentupplevelsen för L'Oreal Professional Products Division. Alex är en fantastisk person som gör fantastiska saker för att öka medvetenheten och lyfta fram ämnet mental hälsa, och han gjorde oss inte besvikna. Han inspirerade deltagarna och fick dem att fundera över detta viktiga ämne. Han var punktlig till varje möte och även när vi i sista minuten ändrade datum och tid accepterade han det utan att klaga. Alex var inspirerande, professionell och lätt att relatera till under hela tiden, och vi kommer definitivt att vilja samarbeta med honom igen. Fortsätt med ditt fantastiska arbete, Alex!

Gayatri

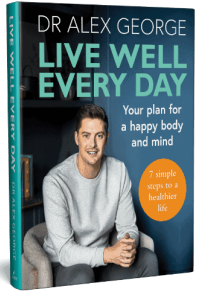
L'Oreal

Vi redigerar för närvarande inspelningen med Dr Alex, och den första delen släpps till eleverna denna vecka. Personalen som var involverad i inspelningen var mycket nöjda med diskussionerna de hade med honom.

Ed

Projektledare, Weston AC

ALEX:S SENASTE BÖCKER



Lev väl varje dag: Din plan för en lycklig kropp och själ