

MIND FITNESS FÜR GESUNDE BILANZEN



Unterstützung bei Stress und Zeitdruck - schont die mentalen Ressourcen



Förderung der positiven Grundhaltung - zufriedene Mitarbeiter sind produktiver



Beitrag zur Persönlichkeitsentwicklung - hebt die versteckten Potenziale



FUNKELN STATT FUNKTIONIEREN

Lächeln und von innen strahlen ist ein äußeres Anzeichen mentaler Gesundheit. Mitarbeiter, die mental fit sind, leisten mehr, fehlen seltener und sind mit mehr Engagement bei der Sache. Unter dem Strich bedeutet das: geringere Fluktuation und ein beachtliches Plus in Ihren Bilanzen.

Dafür können Sie ab sofort etwas tun: auch Mind Fitness kann man trainieren. Jedenfalls seit kurzer Zeit.

Basierend auf langjähriger Erfahrung habe ich mit meinem Team ein neuartiges Trainingsprogramm für Mind Fitness entwickelt, das sich auf die spezifischen Situationen von Business Teams anpassen lässt.

Mit Sicherheit auch auf Ihre!

UND SO FUNKTIONIERT DAS PROGRAMM:



Bedarfsanalyse und Anpassung des Programms an Ihr Unternehmen



6 oder 12 Monate Mind Fitness Übungen als Ideen und Impulse jeden Montag via Mail



Regelmäßige Interaktionsmöglichkeit und Zwischen-Messungen

START JEDEN MONTAG MÖGLICH. WANN STARTEN SIE?

KUNDENSTIMMEN

"Meine Mitarbeiter können sich nicht dagegen wehren, Deine Post zu öffnen. Was darin zu lesen steht, ist schlank, knackig, sexy. Also hochinteressant und darum ein großes Lob für Dich!"

"So viele außergewöhnliche und doch so einfache Anregungen und Inspirationen mit Pfiff und Aha-Effekt. Wird hier gern in der Kaffeepause diskutiert und gibt uns Energie für die ganze Woche!"

Prävention der mentalen Gesundheit und Aufbau der Mind Fitness ist ein innovativer Ansatz. Hier eine Auswahl von Ergebnissen, die in anderen Unternehmen erreicht wurden::

- Motivation und Produktivität steigen
- Fehlzeiten reduzieren sich
- Präsentismus wird in Leistung umgewandelt
- Begeisterung kann als Innovationsmotor genutzt werden
- Attraktivität und Zukunftsfähigkeit des Unternehmens wird verstärkt

Gallup Healthways Studie (2008) hat nachgewiesen, dass Mitarbeiter mit einem höheren persönlichen Glücksempfinden 1,2 Tage im Monat seltener fehlen.

Die meisten Unternehmen werden in den nächsten 5 Jahren mehr Herausforderungen begegnen, als in den letzten 120 Jahren.

Maßnahmen zur Förderung der Mitarbeitergesundheit werden nach § 20 SGB V steuerlich begünstigt.



Mein Name ist Nadja Petranovskaja. Als zukunftsorientierte Psychologin brenne ich unter dem Motto "More Shiny Eyes" dafür, dass wir unsere Potenziale kennen und einsetzen. Nach meinem Studium sammelte ich 18 Jahre Erfahrung als Beraterin, Projektmanagerin und Führungskraft in verschiedensten Branchen und spezialisierte mich dabei auf Change Management, Motivation und Persönlichkeitsentwicklung.



LASSEN SIE UNS REDEN!

Mail: nadja@petranovskaja.com

Mobil: 01520 / 2823570

Mehr Infos auf:

petranovskaja.com/mindfitness/