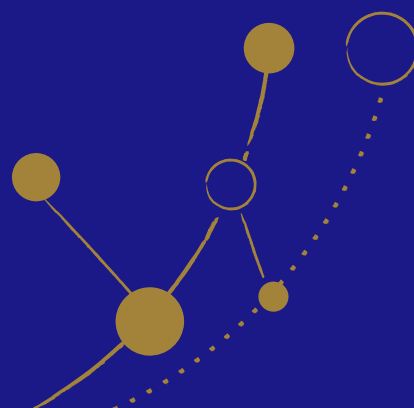
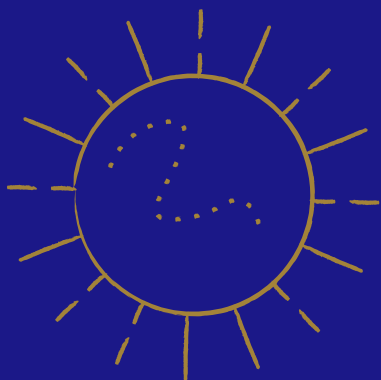




BUSINESS MEDITATION

www.camillajacob.de

**Zeit für innere Ruhe, Klarheit & gestärkte
Handlungsfähigkeit**





CAMILLA JACOB

In der heutigen Gesellschaft sehnen sich immer mehr Mitarbeiter und Führungskräfte nach Ruhe und Entspannung. Die Arbeitswelt, mit steigendem Zeitdruck, erhöhtem Arbeitsaufkommen und dem ewigen Getriebensein, verändert sich. Menschen sind mehr denn je auf der Suche nach Klarheit und wollen sich im Berufsalltag nicht selbst verlieren.

Da die Anforderungen auch im Alltag immer größer werden und sich die Beschleunigungsmechanismen der Gesellschaft immer weiter entwickeln, sind Gegenmaßnahmen unverzichtbar.

Sie können Ihren Mitarbeitern entgegen gehen und Meditation in Ihrem Unternehmen anbieten. Bereits eine kurze regelmäßige Meditationspraxis kann hier viel bewirken.

WIRKUNG VON MEDITATION AUF IHR UNTERNEHMEN UND IHRE MITARBEITER

- Gesundere, fittere, motiviertere und leistungsfähigere Mitarbeiter
- Prävention und Gesundheitsförderung
- Höhere Aufmerksamkeit, Konzentration und Gedächtnisleistung
- Steigerung von Selbstwahrnehmung, Selbstreflexion und Empathie
- Mehr Gelassenheit und Klarheit
- Training von Vision, Inspiration und Intuition
- Achtsamere und bewusstere Führung
- Verbesserte Kreativität und Ideenreichtum
- Neutralität bei wichtigen Entscheidungen
- Verbesserte Selbststeuerung und Resilienz
- Verbesserte Emotionsregulation
- Achtsamkeit als Basis der Unternehmenskultur etablieren

- **MENSCHEN MIT SICH UND ANDEREN VERBINDEN** -

ANGEBOT

Einführungs-, Aufbauworkshops im Halbtages- und Tagesform, 8-Wochen-Kurse und individuelle Formate auf Basis wissenschaftlich fundierter und bewährter Methoden.

KONTAKT

MOBIL +49 (0) 176 205 88 708
WEB www.camillajacob.de
EMAIL contact@camillajacob.de