Программы по оздоровлению, психологической разгрузке и сплочению сотрудников компаний города Уфы

Для успешных и развивающихся компаний города Уфы

центр психологии и йоги “Гималаи”

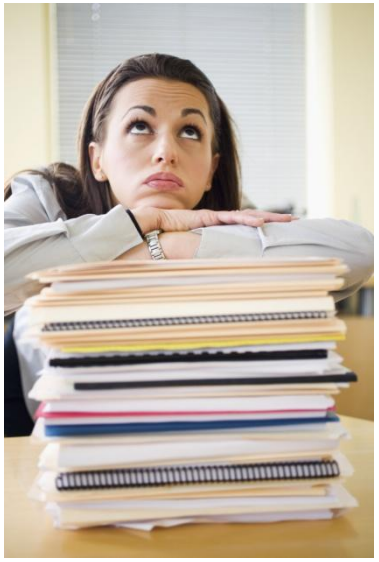
представляет

В современном мире:

- Жизнь задает стремительный ритм
- Жесткие условия конкуренции, чтобы оставаться востребованными и успешными для достижения наилучшего результата
- Стресс, хроническая усталость, перенапряжение, депрессии…
- Нет времени на себя, родных и близких

Возможно ли при этом:

- достигать целей и выполнять задачи, поставленные руководителем, со 100% отдачей?
- оставаться здоровым и счастливым человеком



Возможно: “ДА”

“Но… какой ценой?”

Мудрый руководитель предоставляет возможность расти,

т.к. именно отношения в коллективе определяют успешность компании.

Компания как живой и развивающийся организм.

Внутреннее состояние каждого отражается на его семье, окружении и работе.

Мы предлагаем программы по оздоровлению, психологической разгрузке и сплочению всех сотрудников компании

Эти программы просты и эффективны

Мы работаем для Вас 10 лет

Оздоровительная йога

уникальная система, благодаря которой мы обретаем здоровье и учимся жить в согласии с собой и окружающим миром

Занятия по йоге подходят всем, независимо от возраста и физической подготовки

Программы по психологической разгрузке:

АРТ – терапия

один из самых мягких и в то же время глубоких методов терапии.

Позволяет качественно изменить состояние личности, повышает внутреннюю самооценку

Курс глубокого расслабления с использованием йога-нидры

Состояние полного расслабления окажет влияние на ментальную сферу и позволит привести ум к ясности и гармонии

Более подробную информацию об этих и других программах мы можем обсудить при личной встрече.

В результате прохождения наших программ Вы и ваши сотрудники почувствуете:

- Улучшение состояния здоровья на физическом и ментальном уровнях
- Прилив сил и энергии
- Улучшение настроения
- Повышение работоспособности и стрессоустойчивости

достигнете:

-Укрепления командного духа компании

- Атмосферы доверия и уважения

и придете:

- К легкому достижению поставленных целей и задач

Наши сертифицированные инструктора и опытные психологи проведут занятия в удобное для ваших сотрудников время

С уважением, центр психологии и йоги “Гималаи”

ГИМАЛАИ
центр психологии и йоги

Совершенствуемся вместе!