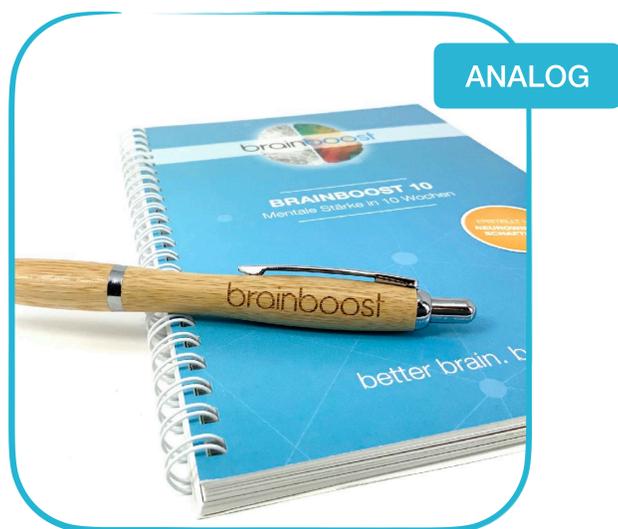




ACHTSAMKEIT FÜR UNTERNEHMEN
MACHEN SIE MIT UNS DEN UNTERSCHIED.

Info-Blatt für
Unternehmen

MENTALE FITNESS & ACHTSAMKEITS-PAKET FÜR MITARBEITER IM HOME OFFICE - ANALOG UND DIGITAL



ANALOG

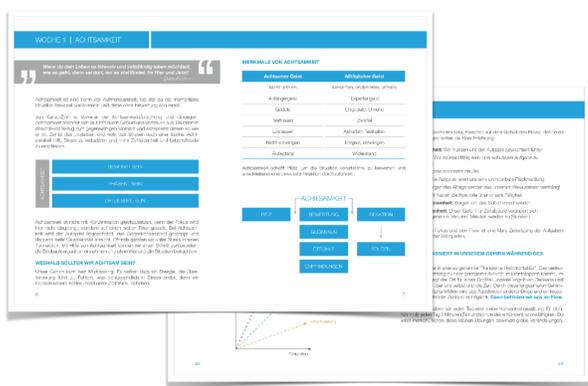


DIGITAL

3 Monate Zugang zu allen Inhalten

**BRAINBOOST 10
ACHTSAMKEITS-WORKBOOK**
mit täglichen Übungen

**NEW WORK SKILLS
TRAININGS- & WISSENS-PLATTFORM**
vernetztes Expertenwissen



91 SEITEN MIT 10 KAPITELN



MENTALE FITNESS



BEWEGUNG



ALLTAGS-TIPPS



ERNÄHRUNG

ALLE PLATTFORMEN

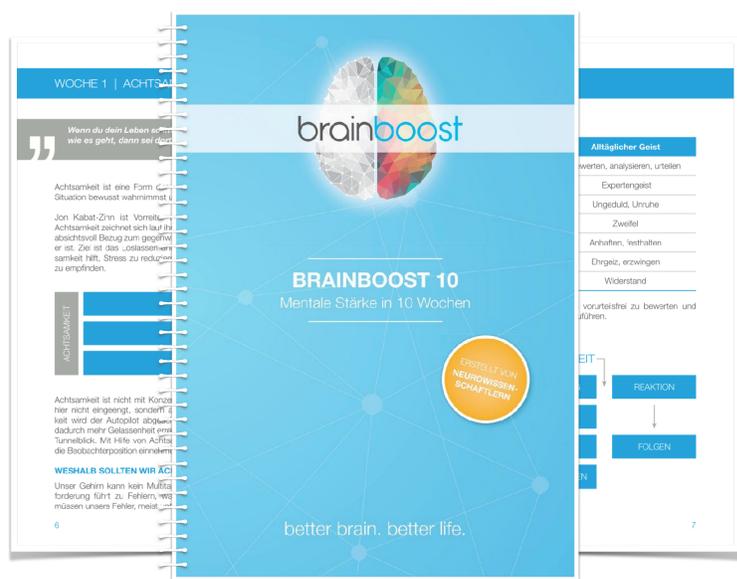
17,50 € PRO MITARBEITER
inkl. Versand zzgl. MwSt.



ACHTSAMKEIT FÜR UNTERNEHMEN MACHEN SIE MIT UNS DEN UNTERSCHIED.

Info-Blatt für
Unternehmen

PAKETINHALT DIE „UNBOXING-ÜBERRASCHUNG“ FÜR JEDEN MITARBEITER



**BRAINBOOST 10
ACHTSAMKEITS-WORKBOOK**

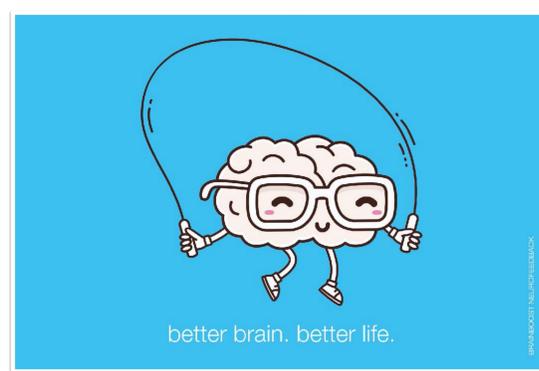


**3 Monate Zugang zu allen Inhalten
Indiv. Benutzernamen + Passwort**

**ZUGANG: NEW WORK SKILLS
TRAININGS- & WISSENS-PLATTFORM**



**8 ÜBUNGSKARTEN
FÜR GEHIRN + KÖRPER**



**PERSONALISIERTE KARTE
(OPTIONAL)**



**HOCHWERTIGER STIFT
(AUS BAMBUS-HOLZ)**



ACHTSAMKEIT FÜR UNTERNEHMEN

MACHEN SIE MIT UNS DEN UNTERSCHIED.

Info-Blatt für
Unternehmen

BRAINBOOST 10 ACHTSAMKEITS-WORKBOOK

mit täglichen Übungen

- **Wissenschaftlich fundiert**
Verschiedene Mental-Trainings und Achtsamkeits-Übungen
- **Theorie - Übungen - Praxis**
Informative Texte mit leicht verständlichen Grafiken und Übungsseiten zum analogen Bearbeiten
- **Reflexions-Übungen für über 70 Tage**
Wenige Minuten täglich für langfristige Routinen

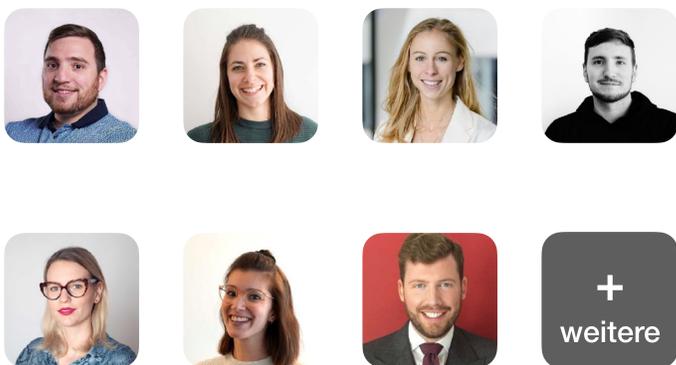
NEW WORK SKILLS TRAININGS- & WISSENS-PLATTFORM

vernetztes Expertenwissen

- **Kurse - *selbst Experte werden***
Beinhalten Lektionen und Übungen für mehrere Wochen
- **Experten-Trainings - *Einfach mal ausprobieren***
Konzepte und kleine Strategien für den Alltag
- **Food-for-Thought Blog - *perfekt für zwischendurch***
Aktuelle Themen, Learnings, Hinweise und Erfahrungen

INTERDISZIPLINÄRES EXPERTEN-TEAM
MIT PRAKTISCHER ERFAHRUNG

 INHALTE AUCH ALS AUDIO-DATEI
FÜR UNTERWEGS



Ärzte / Betriebswirte / Ernährungsexperten
Sport- / Gesundheitswissenschaftler

- Interdisziplinäre Experten mit Erfahrung und Fachwissen
- Wissenschaftliche Standards, erprobte Strategien, überprüfte Quellen
- Quervernetztes Wissen für individuelles Lernen
- Smartphone optimiert - das Wissen immer griffbereit
- Aktives Community Management
- Keine "Falschinformationen", keine "Fake News", keine politischen Meinungen



**AKTIVE PLATTFORM MIT
STÄNDIG NEUEN INHALTEN**