

# Benessere per i dipendenti in azienda con Mindfulness e gestione dello stress



Luogo **Sardegna, Sassari**  
<https://www.annunci.it/x-581085-z>

Salve!

Sei alla ricerca di un modo per migliorare il benessere, la produttività e la soddisfazione lavorativa dei tuoi dipendenti?

Sai che un dipendente stressato produce fino al 40% in meno?

Offro servizi di coaching e mindfulness aziendale personalizzati per aiutare aziende e dipendenti.

Con i miei programmi, i tuoi dipendenti potranno:

Ridurre lo stress e migliorare la gestione dello stress

Aumentare la concentrazione e la produttività

Migliorare la comunicazione e il lavoro di squadra

Sviluppare una maggiore resilienza e adattabilità

Promuovere un ambiente di lavoro più positivo e collaborativo

Offro sezioni di gruppo e individuali.

Programma di gruppo: Una sessione di gruppo di 2-3 ore per conoscere i principi della mindfulness e sperimentare un esercizio di mindfulness guidato.

Programma individuale: Sessioni individuali di coaching e mindfulness di 30-50 minuti per lavorare su obiettivi specifici e sviluppare strategie personalizzate.

Contattami oggi per una consulenza gratuita e per scoprire come posso aiutarti a migliorare il benessere e la produttività dei tuoi dipendenti. Chiudi



Benessere per i dipendenti in azienda con Mindfulness e gestione dello stress

<https://www.annunci.it/x-581085-z>



Benessere per i dipendenti in azienda con Mindfulness e gestione dello stress

<https://www.annunci.it/x-581085-z>



Benessere per i dipendenti in azienda con Mindfulness e gestione dello stress

<https://www.annunci.it/x-581085-z>



Benessere per i dipendenti in azienda con Mindfulness e gestione dello stress

<https://www.annunci.it/x-581085-z>



Benessere per i dipendenti in azienda con Mindfulness e gestione dello stress

<https://www.annunci.it/x-581085-z>



Benessere per i dipendenti in azienda con Mindfulness e gestione dello stress

<https://www.annunci.it/x-581085-z>



Benessere per i dipendenti in azienda con Mindfulness e gestione dello stress

<https://www.annunci.it/x-581085-z>



Benessere per i dipendenti in azienda con Mindfulness e gestione dello stress

<https://www.annunci.it/x-581085-z>



Benessere per i dipendenti in azienda con Mindfulness e gestione dello stress

<https://www.annunci.it/x-581085-z>



Benessere per i dipendenti in azienda con Mindfulness e gestione dello stress

<https://www.annunci.it/x-581085-z>