



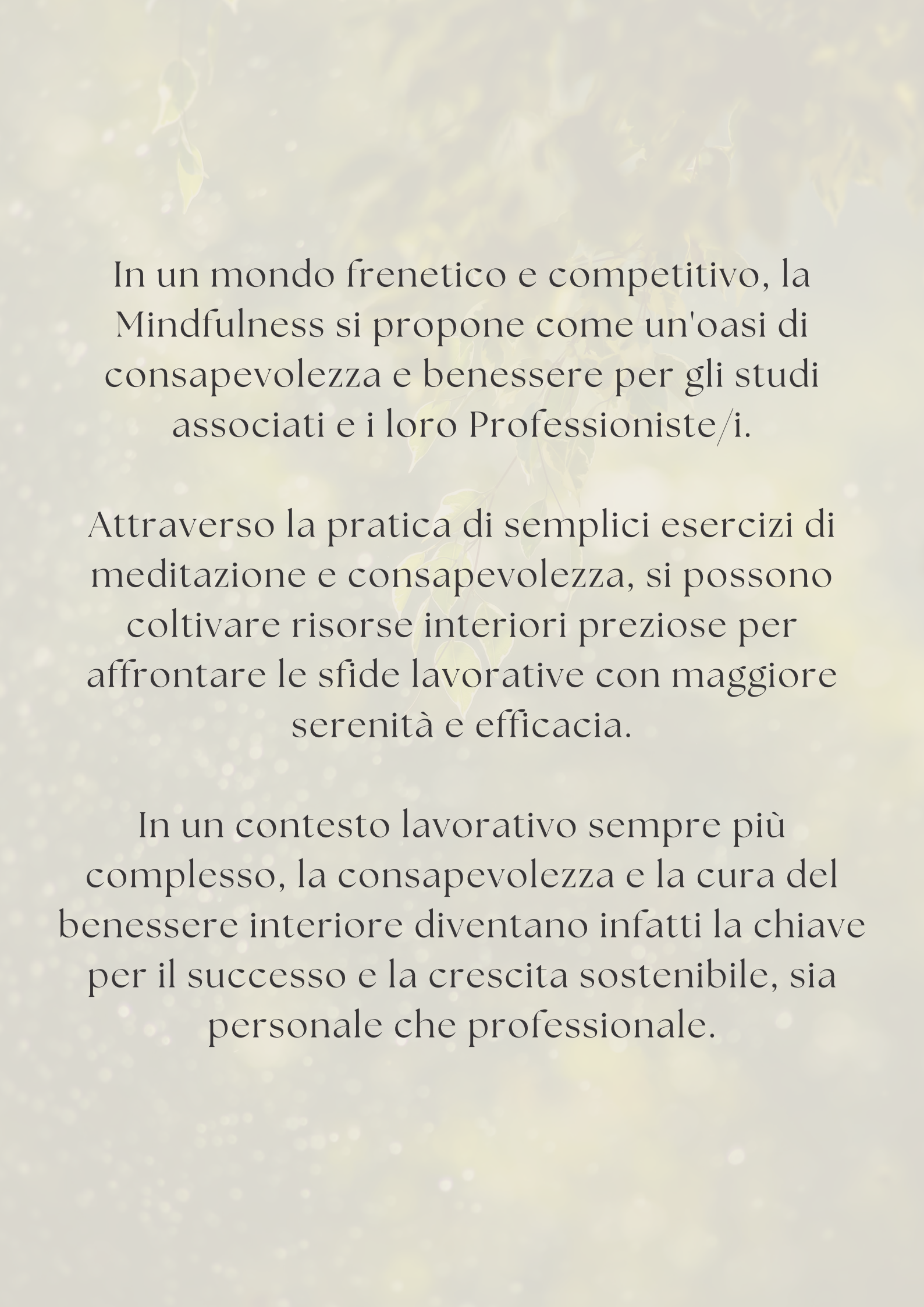
PERSONAL SUSTAINABILITY INSTITUTE

MINDFULNESS PER STUDI ASSOCIATI E PROFESSIONISTI: COLTIVARE IL BENESSERE PER UNA CRESCITA CONSAPEVOLE





Aiuta i tuoi clienti e collaboratori
*a coltivare il loro benessere e la loro
sostenibilità personale.*



In un mondo frenetico e competitivo, la Mindfulness si propone come un'oasi di consapevolezza e benessere per gli studi associati e i loro Professioniste/i.

Attraverso la pratica di semplici esercizi di meditazione e consapevolezza, si possono coltivare risorse interiori preziose per affrontare le sfide lavorative con maggiore serenità e efficacia.

In un contesto lavorativo sempre più complesso, la consapevolezza e la cura del benessere interiore diventano infatti la chiave per il successo e la crescita sostenibile, sia personale che professionale.

I BENEFICI DELLA MINDFULNESS PER I PROFESSIONISTI/E:

- Riduzione dello stress e dell'ansia: la Mindfulness aiuta a gestire le emozioni negative, favorendo una migliore concentrazione e una maggiore calma interiore.
- Miglioramento della concentrazione e della produttività: la capacità di focalizzare l'attenzione sul presente permette di svolgere i compiti con maggiore efficienza e lucidità.
- Aumento della creatività e della capacità di problem solving: la Mindfulness apre nuovi spazi mentali, favorendo la nascita di idee innovative e la risoluzione creativa dei problemi.
- Migliore gestione delle relazioni interpersonali: la consapevolezza di sé e delle proprie emozioni facilita la comunicazione e la collaborazione con i colleghi e i clienti.
- Maggiore benessere psicofisico: la pratica regolare della Mindfulness ha effetti positivi sul benessere generale, riducendo il cortisolo (ormone dello stress) e favorendo il rilascio di endorfine (ormoni del benessere).

QUALI SONO I VANTAGGI PER LO STUDIO ASSOCIATO?

- Miglioramento del clima lavorativo: un ambiente di lavoro più sereno e collaborativo favorisce la fidelizzazione dei Professioniste/i e la loro motivazione.
- Riduzione dei costi di assenteismo e infortunistica: il benessere dei Professioniste/i si traduce in una minore incidenza di assenze e infortuni sul lavoro.
- Aumento della produttività e della performance: Professioniste/i più concentrati, motivati e creativi portano a un aumento della produttività e dei risultati dello studio.
- Miglioramento dell'immagine aziendale: uno studio associato che investe nel benessere dei propri Professioniste/i si distingue per la sua attenzione alla persona e diventa un punto di riferimento per i talenti.
- Un investimento per il futuro: la Mindfulness è una pratica che porta benefici a lungo termine, migliorando il benessere dei Professioniste/i e la performance dello studio.
- Un approccio innovativo: la Mindfulness si inserisce perfettamente nelle nuove frontiere del benessere organizzativo, offrendo una risposta concreta alle sfide del mondo del lavoro.
- Un percorso personalizzato: i nostri programmi sono costruiti su misura per le esigenze specifiche del vostro studio associato.

Offriamo un servizio di formazione personalizzato per studi associati e Professioniste/i, con percorsi di Mindfulness e meditazione su misura per le esigenze specifiche del vostro team. I nostri programmi sono tenuti da professionisti qualificati ed esperti e includono:

- Sessioni di training teorico e pratico: introduzione alla Mindfulness, esercizi di meditazione, tecniche di respirazione e gestione dello stress.
- Percorsi individuali e di gruppo: adattiamo la formazione alle esigenze specifiche dei diversi Professioniste/i e dello studio associato.
- Supporto e follow-up: affianchiamo lo studio associato nel processo di implementazione della Mindfulness, offrendo supporto e consulenza.

CONVENZIONI E AGEVOLAZIONI PER IL TUO TEAM E I TUOI COLLABORATORI

Attivando una convenzione con il Personal Sustainability Institute, permetterai ai membri del tuo team e ai tuoi collaboratori di godere di agevolazioni su tutti i nostri corsi e le nostre iniziative.

Il tuo logo apparirà nella sezione “Collaborazioni” del nostro sito e creeremo contenuti social che annunceranno la partnership.

PERCORSI AD HOC

Vuoi proporre ai membri del tuo team e ai tuoi collaboratori dei percorsi ad hoc, che trattino specifiche tematiche di benessere e crescita personale?

Allora puoi scegliere di realizzare dei percorsi customizzati insieme al Personal Sustainability Intitute, da proporre nel formato che vorrai al tuo target di riferimento.

COS'È IL PERSONAL SUSTAINABILITY INSTITUTE?

Il Personal Sustainability Institute è il side project dedicato allo sviluppo di una Pratica personale di Benessere di DLM Partners, studio associato di psicologi-psicoterapeuti specializzato in Psicologia del lavoro che affianca persone e professionisti nell'esprimere appieno il proprio potenziale e fare la differenza per se stessi, la comunità e l'ambiente.

Il Personal Sustainability Institute è un'Istituto, ma anche e soprattutto una comunità di Pratica trasversale e multimediale che ha come obiettivo quello di aiutare le Persone a sviluppare una Pratica adatta ai propri bisogni, alla propria individualità e alla proprio quotidianità.

Fondandosi sulla convinzione che non esiste una Pratica giusta o sbagliata, ma solo quella che fa più al caso nostro, i nostri professionisti, specializzati e certificati nell'ambito di psicologia-psicoterapia, yoga e mindfulness, contribuiscono con i loro diversi background a supportare ciascun individuo nella creazione della propria versione di vita benefica, ricca di valore e felice.

www.personalsustainabilityinstitute.org

psi.infopoint@gmail.com

Whatsapp: 3403768144 / 338 762 3308 /
3395952859