

WER BIN ICH?

Expertin für emotionales Wohlbefinden, Beraterin für Stressmanagement, Psychologin und leitende Kommunikationsfachfrau mit internationalem, marktübergreifendem Profil.

Sie arbeitet mit Geschäftsführern, Vorstandsmitgliedern und leitenden Angestellten globaler Unternehmen in den Bereichen Reputationsmanagement und strategische Kommunikation.

Die Welt verändert sich schnell, aber der Wert von frischen Ideen, klaren Zielen und der Energie der Bewegung bleibt unverändert. In einer Zeit der neuen Technologien, der überwältigenden Informationsflut, des ständigen Wandels, der knappen Fristen und des Leistungsdrucks wissen wir Fähigkeiten zu schätzen, die es uns ermöglichen, unsere innere Fitness, Belastbarkeit und Kreativität weiter zu entwickeln.

Unser Geist kann unsere größte Herausforderung und unser größtes Hindernis sein, doch wenn wir ihn geschickt einsetzen, kann er unser größter Verbündeter sein und uns helfen, neue Höhen der persönlichen Entwicklung und der Arbeitsleistung zu erreichen.

Mentale Fitness ist genauso wichtig wie körperliche Fitness und sollte nicht vernachlässigt werden. Stress und Angst können die physischen Strukturen des Gehirns beeinträchtigen. Die Informationsflut überfordert das Gehirn, sie beeinträchtigt unsere geistige Gesundheit und unsere Entscheidungsfähigkeit. Die Aufrechterhaltung einer jugendlichen kognitiven Funktion wird zu einer entscheidenden Herausforderung in der neuen komplexen BANI-Welt.

Die gute Nachricht ist, dass geistige Beweglichkeit und Kreativität trainiert werden können. Sie ist ein entscheidender Baustein für den Erfolg auf dem Weg in das nächste Kapitel der Wirtschaft und des Lebens.

SANDRA DIMITROVICH

- Life As Art. Neuro Art & Neuro Design, Gründerin
- Fachgebiete: Energiemanagement, Stressmanagement, Mind Management
- Neuro Facilitator und Expertin für interkulturelle Kommunikation
- Zertifizierter Ästhetik Coach, NeuroGraphic© Trainer,
- Psychologe, Institut für Psychologie der Kreativität, Zürich



WhatsApp: +37129447881

sd@swissmedicalgate.com

www.linkedin.com/in/sandradimitrovich/

I help brilliant minds shine

Neuro Fitness for Business: Setzen Sie Ihren Körper und Geist zurück

Haben Sie Schwierigkeiten, sich zu konzentrieren oder sich zu erinnern? Fehlender Fokus und Motivationsverlust? Körperliche und geistige Müdigkeit?

Geistige Fitness ist genauso wichtig wie körperliche Fitness und sollte nicht vernachlässigt werden. Informationsüberlastung und Stress können, wenn sie lange andauern, die physischen Strukturen des Gehirns beeinträchtigen. Die Aufrechterhaltung einer jugendlichen kognitiven Funktion wird zu einer entscheidenden Herausforderung.

Mit dem neuen wissenschaftlich fundierten Programm NEURO FITNESS bieten wir Ihnen eine wirksame Lösung und eine wahrhaft eindringliche Erfahrung, um Ihr Wohlbefinden zu steigern, Ihre geistige Klarheit zu verbessern und Ihre Ressourcen und Ihr emotionales Gleichgewicht wiederzuerlangen.

Die Vorteile dieses Programms für geistige Gesundheit und Wohlbefinden sind grenzenlos und umfassen auch eine bessere Problemlösungs- und Entscheidungsfähigkeit.

Das NEURO FITNESS-Programm kombiniert die Vorteile des kreativen grafischen Zeichnens, der Neurophysiologie und der Entwicklung des Gehirns in dieser einzigartigen, unterhaltsamen Übung zur Verbesserung Ihrer Gesundheit und Ihres Wohlbefindens.

VORTEILE FÜR DIE TEILNEHMER

- ◇ Verbesserung der kognitiven Funktion, Verbesserung des Gedächtnisses und der geistigen Klarheit
- ◇ Verbesserung von Fokus und Konzentration
- ◇ Stärkung der Problemlösungskompetenz und des kreativen Denkens
- ◇ Entdeckung der Kräfte des Unterbewusstseins, die zu besseren Einsichten und innovativen Ideen führen, um Ihren Erfolg zu beschleunigen
- ◇ Stellen Sie kraftvolle Fragen und finden Sie neue Wege, Ihre Probleme anzugehen
- ◇ Visualisierung Ihres Geschäfts/Projekts/Erfolgs
- ◇ Inspirierende Visionen erstellen
- ◇ Entdecken Sie, wie Ihr Bezugsrahmen Ihr Glück bestimmt
- ◇ Überwinden Sie einschränkende Glaubenssätze, die Sie daran hindern, sich weiterzuentwickeln und auf persönlicher und beruflicher Ebene zu wachsen
- ◇ Entwicklung einer positiven, glücklichen und enthusiastischen Denkweise
- ◇ Verbesserung des emotionalen Wohlbefindens

KLARHEIT, KREATIVITÄT, BEWEGLICHKEIT

SCHLÜSSELANSÄTZE

- ◇ NeuroGraphische® Zeichnung
- ◇ Kognitiv-behavioraler Ansatz
- ◇ Atemübungen + artikulatorische & kinesiologische Übungen für mentale Fitness



NEURO FITNESS-Programme können mit Teambuilding- und Kreativ-/Brainstorming-Sitzungen kombiniert werden.



MONEY RAIN : Verlagerung Ihres Fokus auf den Erfolg

Neuroart-Workshop, um Ihr Unterbewusstsein von überholten, einschränkenden Glaubenssätzen zu befreien, zu entdecken, wie Sie ultimatives Selbstvertrauen freisetzen und Ihren Fokus auf den Erfolg lenken können.

Diese Methode bietet eine bedarfsorientierte Gedankenführung für Ihr Projekt und hilft Einzelpersonen und Teams, radikal neue Möglichkeiten für Wachstum, Entwicklung und Vielfalt zu schaffen. Während des Workshops werden Sie eine inspirierende Visionstafel für die gemeinsame Zielsetzung erstellen - taktisch, strategisch und visionär.

TREE OF LIFE: Klarheit ist Macht

Innovation und globaler Wettbewerb sind zu einer Quelle des unerbittlichen Drucks geworden. Die Bemühungen der Unternehmen, die Produktivität im Alltag zu verbessern und die Gewinne zu steigern, sind oft nicht von Erfolg gekrönt. Laut einer Fortune 500-Studie gehen bis zu 80 % der Arbeitszeit durch ermüdende Besprechungen, unklare Erwartungen, schwierige Entscheidungen und andere unnötige Verzögerungen verloren. Die Überwindung des Mangels an Klarheit, der hinter dieser Verschwendung steckt - sowohl auf individueller als auch auf organisatorischer Ebene - könnte enorme Vorteile mit sich bringen. Diese Methode kann eingesetzt werden, um die Effektivität zu verbessern, kritische Geschäftsentscheidungen zu steuern, Innovationen voranzutreiben oder Ihre Kunden besser zu verstehen.

MANDALA OF EMPOWERMENT: Schaffen Sie das Leben, das Sie lieben

Der Workshop zielt darauf ab, Sie in die Lage zu versetzen, Ihre Ziele zu erkennen und Ihnen dabei zu helfen, einen absichtsbasierten Plan zu verwirklichen und zu erstellen, indem Sie das Gesetz der Anziehung nutzen. Er wird Sie dazu befähigen, mehr Vertrauen in sich selbst und Ihre Fähigkeiten zu haben. Entdecken Sie Ihre Stärke wieder und machen Sie einen Plan für Ihre Zukunft als kraftvolle Person. Sind Sie bereit, Ihr inneres Potenzial zu entfesseln? Dieser Meisterkurs ist ein Werkzeug, das Ihnen hilft, Ihre Ziele zu visualisieren, zu priorisieren, zu inspirieren und zu motivieren und sie in die Tat umzusetzen. Wie das Sprichwort sagt: "Es sind unsere Entscheidungen, nicht unsere Bedingungen, die letztendlich die Qualität unseres Lebens bestimmen.