

QUI SUIS-JE ?

Experte en bien-être émotionnel, consultante en gestion du stress, psychologue et professionnel de la communication de haut niveau avec un profil international. Madame DIMITROVICH travaille avec des PDG, des membres de conseils d'administration et des dirigeants d'entreprises internationales, sur la gestion de la réputation et les communications stratégiques.

Le monde évolue rapidement, mais la valeur des nouvelles idées, des objectifs clairs et de l'énergie du mouvement reste inchangée. À l'ère des nouvelles technologies, du flux d'informations écrasant, du changement constant, des délais serrés et de la pression des performances, nous apprécions les compétences qui nous permettent de développer encore davantage notre forme intérieure, notre résilience et notre créativité.

Notre esprit peut être notre plus grand défi et obstacle, mais si nous le gérons habilement, il peut devenir notre plus grand allié, nous aidant à atteindre de nouveaux sommets en matière de développement personnel et de performances professionnelles.

La forme mentale est tout aussi importante que la forme physique, et ne doit pas être négligée. Le stress et l'anxiété ont le potentiel d'affecter les structures physiques du cerveau. La surcharge d'informations surcharge le cerveau, elle affecte notre santé mentale et notre capacité à prendre des décisions. Le maintien d'une fonction cognitive jeune devient un défi crucial dans le nouveau monde complexe qu'est le BANI.

La bonne nouvelle est que l'agilité mentale et la créativité peuvent être entraînées. Il s'agit d'un élément essentiel pour réussir à l'aube de ce nouveau chapitre de la vie et des affaires.

SANDRA DIMITROVICH

- * Life As Art. Neuro Art & Neuro Design, Fondatrice
- * Domaines d'expertise : Gestion de l'énergie, gestion du stress, gestion de l'esprit
- * Neuro Facilitateur et expert en communication interculturelle
- * Coach esthétique certifié, Formateur NeuroGraphic©,
- * Psychologue, Institut de Psychologie de la Créativité, Zurich



WhatsApp: +37129447881
sd@swissmedicalgate.com
www.linkedin.com/in/sandradimitrovich/

I help brilliant minds shine

Neuro Fitness for Business: Recharger votre corps et votre esprit

Vous avez des difficultés à vous concentrer ou à vous souvenir ? Un manque de concentration et une perte de motivation ? Une fatigue physique et mentale ? La forme mentale est tout aussi importante que la forme physique, et ne doit pas être négligée. La surcharge d'informations, le stress, lorsqu'ils sont prolongés, ont le potentiel d'affecter les structures physiques du cerveau. Maintenir une fonction cognitive jeune devient un défi crucial.

Nous vous proposons une solution efficace et une expérience véritablement immersive avec le nouveau programme scientifique NEURO FITNESS, qui vise à améliorer votre bien-être, à accroître votre clarté mentale, à retrouver vos ressources et votre équilibre émotionnel.

Les avantages de ce programme de santé mentale et de bien-être sont illimités, et comprennent des compétences plus solides en matière de résolution de problèmes et de prise de décision.

Le programme NEURO FITNESS combine les avantages du dessin graphique créatif, de la neurophysiologie et du développement du cerveau dans cette pratique unique et agréable pour améliorer votre santé et votre bien-être.

AVANTAGES POUR LES PARTICIPANTS

- ◇ Amélioration des fonctions cognitives, de la mémoire et de la clarté mentale.
- ◇ Améliorer l'attention et la concentration
- ◇ Développer des compétences plus fortes en matière de résolution de problèmes et de pensée créative
- ◇ Découvrir les pouvoirs de l'esprit subconscient afin de mieux comprendre et d'apporter des idées novatrices pour accélérer votre réussite.
- ◇ Poser des questions puissantes et trouver de nouvelles façons d'aborder vos problèmes.
- ◇ Visualiser votre entreprise, votre projet ou votre réussite
- ◇ Créer un tableau de visions inspirantes
- ◇ Découvrir comment votre cadre de référence détermine votre bonheur
- ◇ Surmonter les croyances limitantes qui vous empêchent d'aller de l'avant et de vous développer sur le plan personnel et professionnel.
- ◇ Développer un état d'esprit positif, heureux et enthousiaste
- ◇ Améliorer le bien-être émotionnel

CLARTÉ, CRÉATIVITÉ, AGILITÉ

APPROCHES CLÉS

- ◇ Dessin NeuroGraphic
- ◇ Approche cognitive et comportementale
- ◇ Exercices respiratoires + exercices articulatoires et kinésiologiques pour la forme mentale

Un workshop ou une master class dure 2.5 à 3h — (temps moyen).



Les programmes de NEURO FITNESS peuvent être combinés avec des séances de Teambuilding et des séances de créativité ou de brainstorming.



MONEY RAIN : Réorienter votre attention vers le succès

Atelier Neuroart pour réinitialiser et débarrasser votre subconscient de croyances dépassées et limitatives, découvrir comment débloquer la confiance ultime et vous concentrer sur le succès. Cette méthode permet d'orienter votre projet en fonction des besoins et aide les individus et les équipes à créer de nouvelles opportunités de croissance, de développement et de diversité. Au cours de l'atelier, vous créez un tableau de vision inspirant pour la fixation d'objectifs communs - tactiques, stratégiques et visionnaires.

TREE OF LIFE: La clarté est le pouvoir

L'innovation et la concurrence mondiale sont devenues la source d'une pression incessante. Les efforts déployés par les entreprises pour améliorer la productivité quotidienne et accroître les bénéfices produisent souvent des résultats en baisse. Selon une étude de Fortune 500, pas moins de 80 % du temps de travail est perdu en réunions fastidieuses, en attentes floues, en décisions difficiles et autres retards inutiles. Le fait de surmonter le manque de clarté à l'origine de ce gaspillage - tant au niveau individuel qu'organisationnel - pourrait rapporter d'énormes bénéfices. Cette méthode peut être utilisée pour améliorer l'efficacité, prendre des décisions commerciales cruciales, innover ou mieux comprendre vos consommateurs.

MANDALA OF EMPOWERMENT:

Créer la vie que vous aimez

L'atelier vise à vous permettre de distinguer vos objectifs et à vous aider à réaliser et à créer un plan basé sur l'intention en utilisant la loi de l'attraction. Il vous permettra d'avoir davantage confiance en vous et en vos capacités. Redécouvrez votre force et faites un plan pour votre avenir en tant que personne puissante.

Êtes-vous prêt à libérer votre potentiel intérieur ?

Cette master class est un outil qui vous aidera à visualiser, hiérarchiser, inspirer et motiver vos objectifs et à les transformer en actions. Comme le dit le proverbe : "Ce sont nos décisions, et non nos conditions, qui déterminent en fin de compte la qualité de notre vie".