

SALUD INTEGRAL TGN

GESTIÓN Y SALUD EMOCIONAL A TRAVÉS DE LA ENERGÍA



1. PLANTEAMIENTO

La salud emocional es una parte esencial de la salud. Hace referencia al bienestar psicológico de la persona, entendiendo este bienestar como la capacidad de sentirse bien con uno mismo, de tener relaciones sociales de calidad y de manejar las emociones, tanto positivas como negativas, de forma adecuada y adaptativa.

La OMS ya sugirió en 2010 que las actividades laborales y profesionales ocupan una parte considerable en la vida de las personas y por tanto es importante su bienestar psicológico, físico y social en el entorno de la empresa.

2. NUESTRA APORTACIÓN

Trabajadores

- Reducción ansiedad y estrés
- Mejora la concentración, la atención y la memoria
- Ayuda a nuestro organismo a eliminar toxinas
- Bienestar físico, mental y emocional
- Ayuda a dormir mejor
- Mejora de la inteligencia emocional

Empresa

- Reducción bajas por ansiedad, estrés, depresión y problemas físicos.
- Aumento productividad
- Empleados más motivados y eficaces
- Mejora del trabajo en equipo

3. ¿CÓMO LO HACEMOS?

- Curso Nivel I de Reiki Tradicional Japonés
- Grupos de 10-12 personas
- Formaciones de 6-8 horas

¿ QUÉ ES REIKI ?

La Federación Española de Reiki lo define como un método sencillo de aprender para conseguir el propio equilibrio y eliminar cualquier dolencia que impida nuestro bienestar. Para conseguirlo, el Reiki se basa en canalizar la energía interior y también la que nos rodea, para poder aplicarla allí donde exista un bloqueo energético que sea el responsable de ese dolor o malestar. El Reiki es una disciplina holística que se centra en todos los aspectos de la persona actuando a nivel físico, mental, emocional y espiritual.

Reconocida por la OMS desde 1995, es la terapia complementaria más utilizada a nivel mundial.

FORMACIÓN

- Somos Maestros y terapeutas de Reiki tradicional Japonés por el Instituto Internacional de Reiki.

CONTACTO



C/GIUSEPPE VERDI, 5 C
43007 TARRAGONA



saludintegraltgn@gmail.com



661 44 39 35 / 669 24 78 84