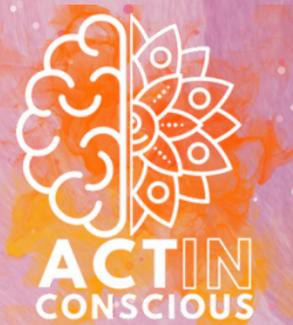




**ACTIN
BALANCE**



PRESENTA:

WWW.ACTINBALANCE.HEALTH



ACTIN
BALANCE
FOR BUSINESS

**PROGRAMA DE ALTO RENDIMIENTO
A TRAVÉS DEL BREATHWORK**



INTRODUCCIÓN AL PROBLEMA

"En México, el 75% de los empleados experimentan burnout, lo que resulta en un aumento del ausentismo, menor productividad y alta rotación de personal."



PRESENTACIÓN DEL PROGRAMA

"Nuestro programa de **breathwork** combina técnicas ancestrales con neurociencia moderna para **ayudar a los empleados a reducir el estrés, potenciar la creatividad** y mejorar el rendimiento."





RELEVANCIA DEL BREATHWORK

"Empresas líderes como **Google, Amazon, y Spotify** implementan breathwork para mejorar el bienestar de sus empleados y maximizar su rendimiento."





BENEFICIOS DEL PROGRAMA EN LA EMPRESA

"Nuestro programa de breathwork puede **reducir el burnout**, mejorar el rendimiento y crear un **ambiente laboral más positivo**."

BENEFICIOS FÍSICOS

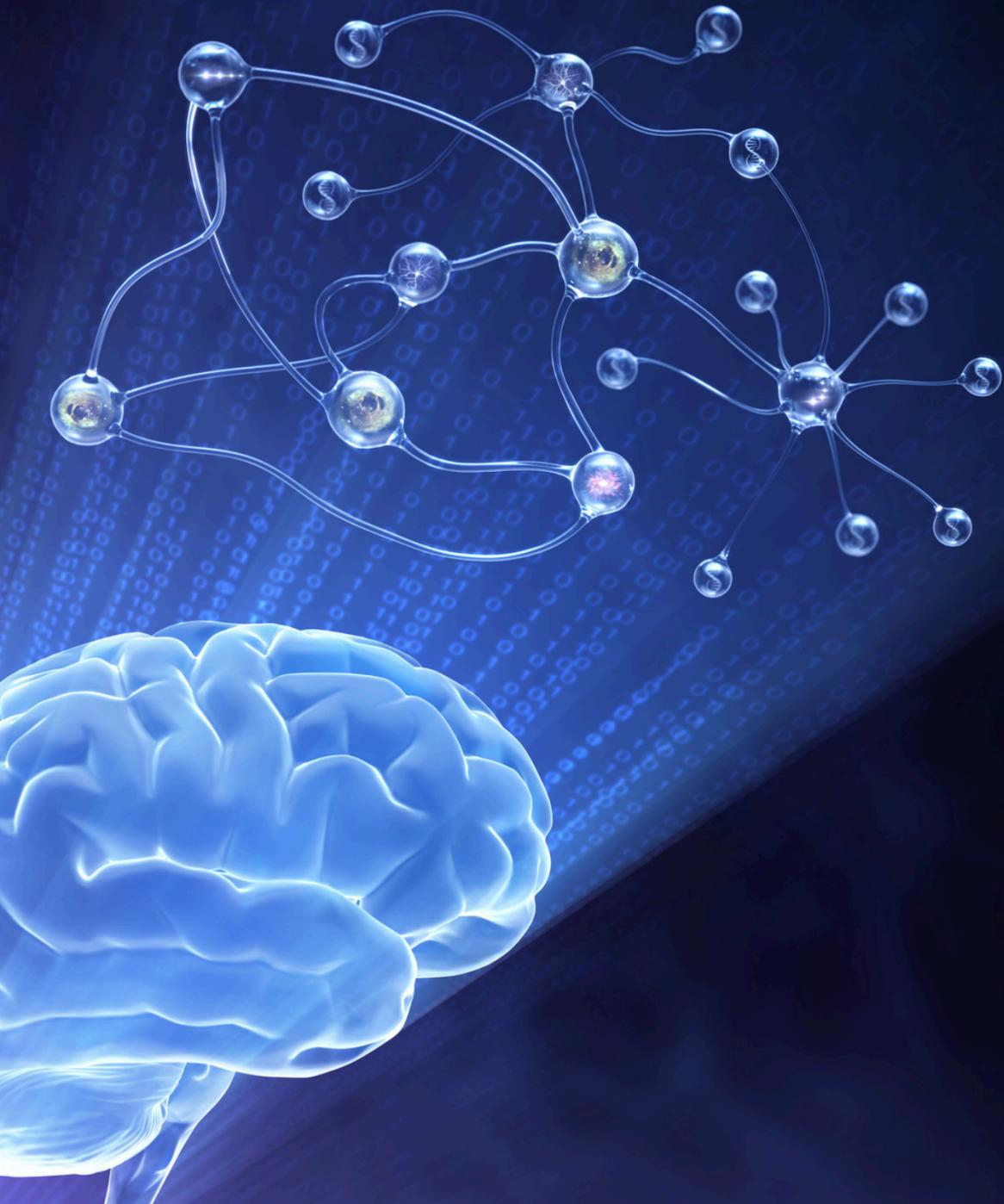
BENEFICIOS SALUD MENTAL

BENEFICIOS SALUD EMOCIONAL



ESTRUCTURA DEL PROGRAMA

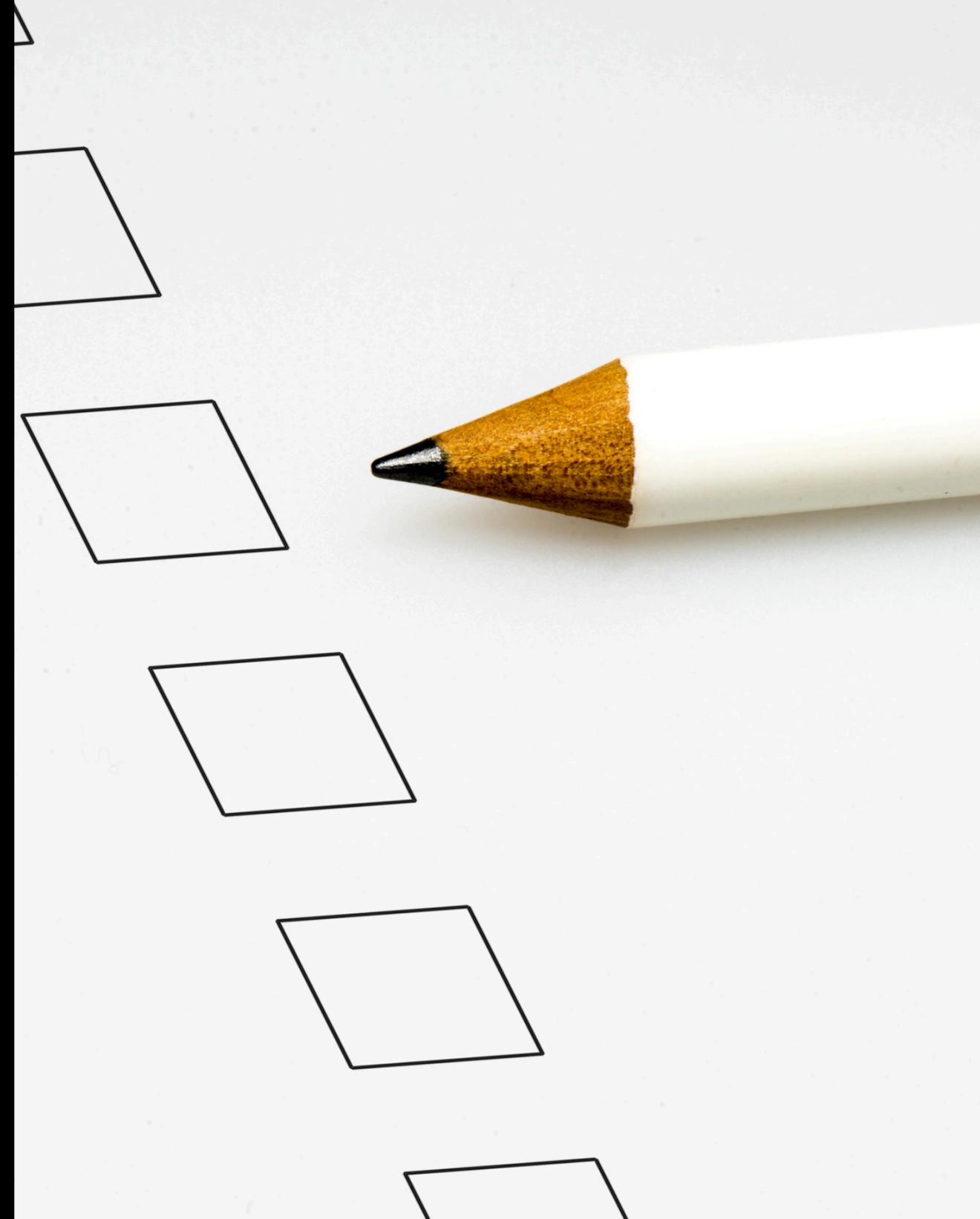
- **Técnicas de respiración para el día a día:** entender la ciencia detrás de la respiración y creación de nuevos hábitos para lograr salud física, mental y emocional.
- **Neurociencia aplicada:** para hackear y reprogramar a la mente
- **Sesión grupal de breathwork:** experiencia única y profunda de conexión personal a través de la respiración consciente, del sonido con auriculares inalámbricos, trabajo somático y neurociencia.





PERSONALIZACIÓN DEL PROGRAMA

"Nuestro programa puede ser **personalizado para abordar las necesidades** únicas de cada empresa, desde pequeñas startups hasta grandes corporativos."





CONCLUSIONES Y SIGUIENTES PASOS

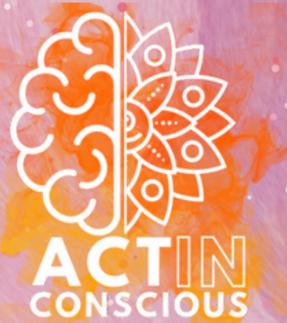
ACT IN BALANCE ofrece un enfoque integral para mejorar el bienestar en el trabajo. Contáctanos para personalizar este programa para tu empresa.



Linktree*



ACTIN BALANCE



ACTIN
CONSCIOUS



ACTIN
YOURSELF



ACTIN
BREATH



ACTIN
HARMONY

¡GRACIAS!

WWW.ACTINBALANCE.HEALTH