EEG BIOFEEDBACK

SKUTECZNY TRENING FAL MÓZGOWYCH

OFERTA DLA FIRM

Klinika BioZdrowia

Nowoczesne technologie
w biznesie mogą dotyczyć także ludzi

WWW.KLINIKABIOZDROWIA.PL
798-144-588

Biofeedback w Firmie

Chcesz zwiększyć potencjał Twoich kluczowych Pracowników?

KLINIKA BIOZDROWIA

oferuje EEG Biofeedback z dojazdem do Firm

Inwestujesz w nowoczesne maszyny, komputery, samochody? **Czy wiesz, że nowoczesne technologie w Twoim biznesie mogą dotyczyć też ludzi?** Przecież to kadra jest najważniejszym elementem każdej organizacji dlatego postaw na jej rozwój.

Dzięki temu innowacyjnemu treningowi Twoi Pracownicy zapanują nad stresem, odzyskają energię, kreatywność, motywację do odnajdywania niestandardowych rozwiązań. **Jeżeli chcesz aby stres nie miał wpływu na decyzje i pełnił funkcję mobilizującą a nie ograniczającą zainwestuj w trening biofeedback.**

O KLINICE BIOZDROWIA

KIM JESTEM?

Jestem terapeutą II stopnia EEG biofeedback, naturopatą i coachem. Pracuję z osobami, które pragną czuć się zdrowo i bezpiecznie oraz rozwijać Swój potencjał.

W Klinice Biozdrowia pomoc znajdą osoby, które chcą poprawić pracę swojego umysłu i/lub odzyskać spokój i nadwyrężone zdrowie.

Jako naturopata, w razie potrzeby, pomagam dobrać dodatkowe metody dla osiągnięcia szeroko rozumianej równowagi wewnętrznej.

MOJA MISJA?

Szczególnie interesuje mnie temat stresu i jego wpływu na nasze życie, dlatego wykorzystuję nowoczesne technologie oraz znane od stuleci metody aby pomóc moim Klientom odzyskać równowagę ciała i umysłu.

DLACZEGO EEG BIOFEEDBACK?

- Jest to metoda poparta naukowymi badaniami
- Dowiedziono jej efektywności na poziomie 80-90%
- Ma wszechstronne działanie od problemów ze stresem, przez rozwój intelektu, motywacji i kreatywności aż po poprawę stanu zdrowia
- Trenująca osoba sama wpływa na przebieg treningu poprzez sprzężenie zwrotne
- Praca mózgu jest obrazowana w ciekawy sposób w postaci gry komputerowej

Dla kogo jest EEG Biofeedback?

Treningi mózgu EEG Biofeedback są wskazane dla osób **pracujących w stresie i pod presją czasu,** od których wymagana jest koncentracja i natychmiastowa, celna decyzja.

Treningi pomagają nie tylko zwiększyć szybkość, ale też pewność procesu decyzyjnego.

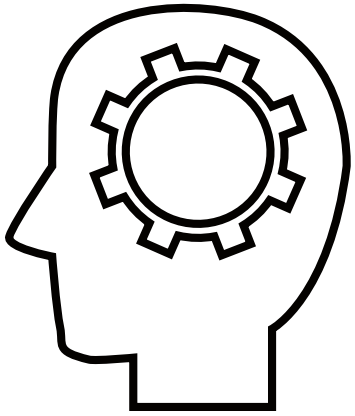
DLA KOGO JEST TRENING BIOFEEDBACK?

- osób, których praca wiąże się z nadmiernym stresem, dużą odpowiedzialnością, koniecznością podejmowania szybkich i trafnych decyzji **(ludzie biznesu, politycy, piloci, maklerzy, kontrolerzy ruchu lotniczego, policjanci, astronauci, itp.)**
- osób pracujących twórczo i tworzących nową jakość **(artyści, aktorzy, muzycy, dziennikarze)**
- osób chcących zwiększyć efektywność nauki i poprawić koncentrację **(studenci, maturzyści)**
- **sportowców,** chcących zwiększyć swój potencjał, koncentrację i odporność na stres
- osób ze schorzeniami **(ADHD, Autyzm, bezsenność, epilepsja, lęki, tiki nerwowe, depresje, bóle somatyczne, szok pourazowy, itp),**
- osób szukających sposobu na obniżenie codziennego nadmiernego napięcia.

Z Biofeedbacku korzystają ludzie biznesu, politycy, wybitni sportowy jak np.: Bill Gates, Ralf Schumacher, Adam Małysz, Kamil Stoch, cała drużyna AC Milan, Lech Poznań, itp).

Biofeedback w Firmie

TRENING EEG BIOFEEDBACK ZAPEWNIA:



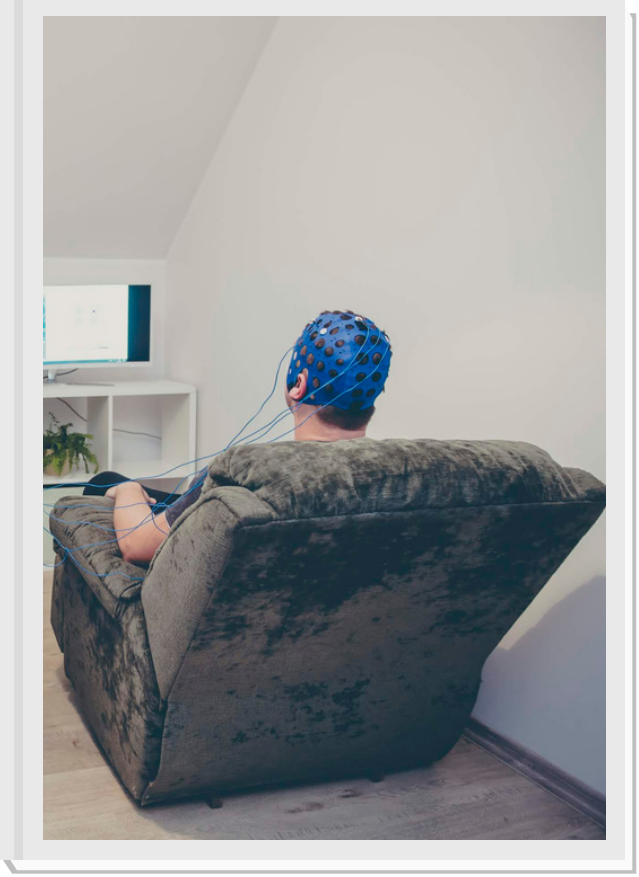
- poprawę koncentracji, i uwagi
- obniżenie napięcia emocjonalnego, stresu, agresji i napięć
- poprawę samooceny, wzrost wiary we własne siły
- ochronę przed wypaleniem zawodowym
- zmniejszenie tremy, przygotowanie do wystąpień (prezentacje, wystąpienia publiczne)
- wzrost kreatywności i świeżego podejścia do rozwiązywania problemów
- poprawia szybkość i pewności procesu podejmowania decyzji
- chroni przed depresją i chorobami neurodegenaracyjnymi mózgu

Badania wykazują, że w Polsce aż 25% pracowników odczuwa stres w miejscu pracy. Szacuje się, że ponad połowa absencji w pracy jest pochodną problemów związanych ze stresem. Z danych ZUS wynika, że liczba dni absencji chorobowej z powodu zaburzeń psychicznych wzrosła w latach 2012 – 2018 o 38,7 proc. i wyniosła ok. 19,4 mln w 2018 r. Jedynie w latach 2012 – 2016 wydatki z tego tytułu, poniesione przez Fundusz Ubezpieczeń Społecznych i fundusze zakładu pracy, wzrosły z 907 mln do 1,53 mld zł. W 2020 roku lekarze wystawili 1,5 miliona zaświadczeń z tytułu zaburzeń psychicznych na 27,7 miliona dni absencji w pracy. Zauważono, że znaczny udział w nich, bo ponad jedną czwartą, obejmują przypadki depresji. Lekarze wystawili na tej podstawie 385,8 tysiąca na łączną liczbę 7,8 miliona dni - wskazał "Dziennik Gazeta Prawna", który dane ZUS-u opisał.

To mogą być koszty, które dotyczą również Twojej Organizacji.

Wykorzystaj trening Biofeedback aby ograniczyć te wydatki.

EEG BIOFEEDBACK



CO TO JEST EEG BIOFEEDBACK?

Zdaniem naukowców każdy z nas wykorzystuje zaledwie ok. 5% możliwości swojego mózgu. Dzięki EEG biofeedback i **neuroplastyczności mózgu** mamy szansę zwiększyć ten potencjał nawet do 30%. Metoda ta wykorzystywana jest między innymi w psychologii, w medycynie, ale także w sporcie czy biznesie.

EEG Biofeedback (neurobiofeedback) jest metodą terapeutyczną, która uczy jak wpływać na działanie własnych fal mózgowych. Biofeedback działa na zasadzie sprzężenia zwrotnego – natychmiastowej informacji zwrotnej przekazywanej w postaci dźwięku lub obrazu.

Osoba poddawana treningowi, siłą własnej woli nakłania swój umysł do wytwarzania pożądanego typu fal poprzez określone zachowania. Jest to zatem samoregulacja polegająca na obserwowaniu swojego organizmu i nauczeniu się kontrolowania fizjologii i zachowań.

KRÓTKA HISTORIA

EEG Biofeedback zaczęła wykorzystywać, na początku lat siedemdziesiątych dwudziestego wieku, Agencja Kosmiczna **NASA. Jego celem było przyspieszenie okresu w jakim astronauci przyswajali wiedzę oraz ograniczenie ich reakcji na stres w ekstremanych warunkach. Dzięki współpracy specjalistów różnych dziedzin, w tym: neurologii, psychologii, neurotechnologii powstało narzędzie skutecznie wspierające i udoskonalające pracę mózgu.** Wprowadzenie technik komputerowych usprawniło rozwój badań z przeprowadzeniem i interpretacją zapisu EEG. Przeszło 10 lat EEG-biofeedback jest znany również w Polsce.

EEG BIOFEEDBACK

CZYM JEST NEUROPLASTYCZNOŚĆ MÓZGU?

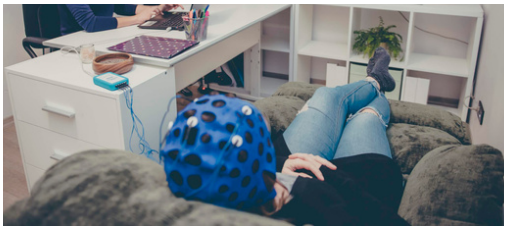
Wzrost i rozszerzanie się połączeń neuronów jest podstawowym fizjologicznym mechanizmem uczenia się i przystosowania. Pod wpływem treningów zachodzi przyrost nowych i rozszerzenie już istniejących neuronów oraz zmiany połączeń między nimi. Prowadzi to do korzystnych zmian, poprzez **naturalny wzrost udziału pożądanych fal mózgowych i obniżenie poziomu tych negatywnych**. Wyłącznie osoba trenująca ma wpływ na to, co się dzieje podczas ćwiczeń. To ona wykorzystuje potencjał swojego mózgu do budowania nowych połączeń neuronalnych. Trener ani urządzenie nie stymulują mózgu trenującej osoby, mają oni za zadanie pomagać jej osiągać stan ciała i umysłu, który w danym momencie jest oczekiwany, zaobserwować go, zrozumieć i motywować trenującą osobę do jak najdłuższego jego utrzymania i pogłębiania.

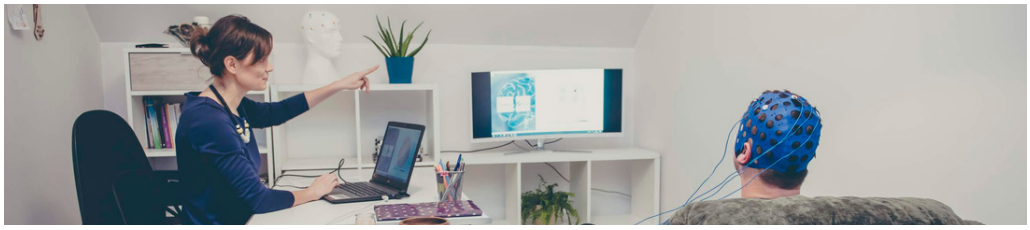
JAK TO DZIAŁA?

Podczas pracy mózg generuje fale elektromagnetyczne, które można mierzyć za pomocą aparatu do EEG. Poszczególne rodzaje fal odpowiadają za charakter i jakość procesów poznawczych. Osoba poddawana treningowi jest podłączona do aparatury, która zbiera i przetwarza sygnał fal mózgowych. Trener monitoruje parametry pracy mózgu na swoim ekranie i przy pomocy odpowiednich wskazówek stymuluje do osiągania konkretnych wyników podczas przebiegu prostej gry komputerowej. Celem trenującego jest zrozumienia i odwzorowanie konkretnego stanu w jakim pracują promowane lub hamowane fale mózgowe i osiągnięcie w ten sposób pozytywnego wyniku gry.

Więcej o falach mózgowych i ich wpływie na funcjonowanie można znaleźć na stronie:
https://klinikabiozdrowia.pl/fale-mozgowe-czyli-jak-dziala-eeg-biofeedback

EEG BIOFEEDBACK





JAK WYGLĄDA TRENING?

Sesja trwa około 60 minut. Klient jest podłączony do EEG za pomocą czepka i elektrod, które monitorują zapis fal mózgowych. Terapeuta ustala poziom trudności zadania i na ekranie komputera wyświetlany jest Trenującemu jakiś proces (gra, film) np. pływanie kajakiem. Kajak przyspiesza jeśli Klient wytworzy odpowiednie fale mózgowe (wyznaczone w trakcie diagnozy), a zwalnia jeśli poziom tych fal jest za mały. W ten sposób otrzymuje informację zwrotną o swoich falach mózgowych i jest w stanie wytworzyć ich więcej. W tym czasie terapeuta monitoruje zapis fal mózgowych (EEG) i ustala optymalny poziom trudności zadania, tak aby był on z jednej strony stymulujący do działania i rozwoju a z drugiej nie przekraczał możliwości Klienta i nie był przez to zniechęcający. Przykładowo:

Terapeuta widzi to tak

a

Trenująca osoba widzi to tak

EEG Biofeedback

KTO MOŻE TRENOWAĆ?

Jest to metoda bez skutków ubocznych. Jedyne przeciwwskazania to: poważne zaburzenia psychiczne, ostry stan zapalny, negatywny stosunek do terapii, brak zaangażowania w terapię, epilepsja (trening jest możliwy za zgodą lekarza prowadzącego).

JAK SIĘ PRZYGOTOWAĆ?

Trening nie wymaga żadnego przygotowania po stronie Klienta. Trener dysponuje całym niezbędnym sprzętem. Potrzebny jest jedynie pokój, w którym znajduje się wygodne krzesło i biurko.

JAK CZĘSTO TRENOWAĆ?

W przypadku tej metody terapeutycznej bardzo istotna jest regularność. Minimalna częstotliwość to jeden trening w tygodniu. Jednak dla efektywności i skrócenia terapii zalecamy 2-3 treningi tygodniowo. Zakres treningów dobierany jest dla każdej osoby indywidualnie na podstawie przeprowadzonej diagnozy oraz wywiadu z Klientem.

JAK DŁUGO TRENOWAĆ?

To kwestia bardzo indywidualna, która zależy od problemu z jakim zmaga się Klient, jego stopnia oraz indywidualnej podatności na treningi biofeedback. Najczęściej jest to zakres od 20 do 50 sesji przy czym pierwsze efekty zazwyczaj pojawiają się po około 10 treningu.

OFERTA DLA FIRM

Oferta z dojazdem do Firm obowiązuje na terenie Warszawy i okolic

MINIMALNA LICZBA OSÓB?

Minimalna liczba osób dla treningów z dojazdem do Firmy wynosi 3 osoby. Przewidziano możliwość negocjacji cen lub warunków jeżeli w treningu będzie brało udział ponad 8 osób.

GDZIE ODBYWAJĄ SIĘ TRENINGI?

W siedzibie Firmy lub w innym wyznaczonym w tym celu miejscu na terenie Warszawy i okolic. Pokój powinien być wyposażony w 2 krzesła i biurko.

JAK CZĘSTO ODBYWAJĄ SIĘ TRENINGI?

Zalecana jest częstotliwość 2 razy w tygodniu. Terminy i częstotliwość są ustalane indywidualnie z każdą z Firm. Wszyscy Pracownicy odbywają treningi w te same, wyznaczone dni.

JAK TRENINGI WPŁYWAJĄ NA DZIEŃ PRACY?

Zależy od ustaleń z Pracodawcą. Zajęcia odbywają się indywidualnie i trwają około godziny. Pracownicy mogą odrobić czas przeznaczony na trening jeszcze tego samego czy innego dnia lub za zgodą Pracodawcy uznać trening jako czas pracy.

KTO OPŁACA TRENINGI?

W zależności od decyzji Pracodawcy, Pracownicy mogą opłacać pakiety sami (a Pracodawca jedynie umożliwia odbycie treningów na terenie Firmy), mogą być współfinansowane przez Pracodawcę (np. Pracodawca opłaca pierwsze 10 treningów a kolejne w zależności od potrzeb Pracownicy opłacają sami) lub być w pełni finansowane przez Pracodawcę. Podane w niniejszej ofercie ceny dotycza treningu jednej osoby.

OFERTA DLA FIRM

CO ZYSKUJE PRACODAWCA?

Treningi odbywane w Firmie to ciekawy, innowacyjny benefit, który w osób bezpośredni wpływa na życie i zdrowie Pracowników a także ich rozwój osobisty i zawodowy. Jest to sposób dbania o Pracownika na tyle jeszcze mało spotykany, że z pewnością wyróżni Firmę na tle konkurencji. To także bezwzględna wygoda i oszczędność czasu Pracownika a obecnie również zwiększone bezpieczeństwo Pracowników w sytuacji występowania COVID-19.

Obecnie w sytuacji zagrożenia COVID-19 dodatkowe elementy jak lęk o życie swoje i rodziny, izolacja społeczna, niepewność ekonomiczna, zmiana dotychczasowego stylu życia, itp. powodują, że Pracownicy w sposób bardziej niż zwykle dotkliwy mogą odczuwać degeneracyjne skutki nadmiernego stresu a należą do nich, poza oczywistymi problemami zdrowotnymi, np: pogorszenie pamięci, zmienny nastrój, drażliwość, "mgła umysłowa", bóle i zawroty głowy, drażliwość, bezsenność, drżenie rąk, depresja, lęki i ma to bezpośrednie przełożenie na wydajność Pracownika.

CO ZYSKUJE PRACOWNIK?

Pracownik zyskuje możliwość zmiany i rozwoju na wielu płaszczyznach swojego życia. W Polsce część osób, pomimo obniżonego nastroju i problemów zdrowotnych nie chce korzystać z pomocy psychologa. EEG Biofeedback może być alternatywą, która uczy samoregulacji i pomaga osiągnąć nie tylko spokój ale również zauważalną poprawę skupienia i pozytywnej energii.

Jest to również rozwiązanie dla osób, które chcą świadomie zwiększać możliwości swojego umysłu aby być jeszcze bardziej kreatywne, zmotywowane, wydajne, pewne siebie.

OFERTA CENOWA DLA FIRM

Oferta obowiązuje na terenie Warszawy i okolic, podana cena obejmuje trening 1 osoby

Pakiet BASIC 10

Diagnoza EEG

- 10 treningów

- 20% zniżki na terapię dla dzieci Pracowników

CENA

1.000 zł

za 1 osobę
około 1,5 m-ca treningów*

cena standardowa
1.180 zł

Pakiet PRO 20

Diagnoza EEG

- 20 treningów

Bonusy:

- 1x Masaż głowy Access Bars®
- Smart

- 20% zniżki na terapię dla dzieci Pracowników

CENA

1.600 zł

za 1 osobę
około 3 m-ce treningów*

cena standardowa
1.900 zł

Pakiet VIP 50

Diagnoza EEG

- 50 treningów

Bonusy:

- 2x Masaż głowy Access Bars®
- Smart
- Healy za 50%
- Masaż Dotyk Motyla

- 20% zniżki na terapię dla dzieci Pracowników

CENA

4.100 zł

za 1 osobę
około 6 m-cy treningów*

cena standardowa
4.800 zł

*zależy od częstotliwości treningów

BONUSY

SMART

Urządzenie jest wykorzystywane dla przyspieszenia efektów treningów i poprawy samopoczucia trenujących osób. Oddziałuje na organizm ludzki zewnętrznymi sygnałami/ frekwencjami, które są całkowicie bezbolesne. Przykładowe programy jakie można wykorzystać to: gniew, depresja, skupianie uwagi, energia i siły życiowe. Bonus obejmuje bezpłatne korzystanie z urządzenia w trakcie treningu, pod warunkiem jego dostępności.

HEALY

To urządzenie medyczne przeznaczone do leczenia przewlekłych bóli (kostnych i stawowych) a także migren. Wykorzystywane jest do wspomagającego leczenia chorób psychicznych, takich jak depresja, lęk i zaburzenia snu. Dzięki mikroprądom zwiększa produkcję ATP (ATP przechowuje energię w komórkach). Healy to urządzenie przenośne, które może niwelować wiele chorób. Przykładowe programy jakie można wykorzystać to: energia, relaks, ulga, chroniczne bóle, migrena, bezsenność, depresja, lęk, równowaga psychiczna, wewnętrzny spokój. Bonus obejmuje wypożyczenie (pod warunkiem dostępności) za 50% ceny czyli 300 zł m-c.

MASAŻ DOTYK MOTYLA

To łagodna uspokajająca technika krótkiego masażu przez ubranie. Masaż rozpuszcza napięcia, łagodzi objawy stresu, uśmierza ból, stosowany może być w przypadku: przewlekłych chorób, nerwic i lęków, nadpobudliwości, nadmiernego napięcia mięśniowego, nadwrażliwości dotykowej, przemęczenia, itp. Bonus obejmuje jeden zabieg.

SPECJALISTYCZNY MASAŻ GŁOWY ACCESS BARS®

Podczas sesji Bars dochodzi do rozładowania spolaryzowanego ładunku elektrycznego, który został zgromadzony w mózgu. Praca fal mózgowych zostaje spowolniona, aby pozwolić na depolaryzację wzorców zachowań co może prowadzić do pozytywnych zmian w obrębie połączeń synapsalnych. Polega na bardzo przyjemnym, delikatnym dotyku 32 specjalnych punktów na głowie, w których kumuluje się stres, emocje, frustracje, depresje, lęki, przekonania i ograniczenia nagromadzone w trakcie życia. Podczas zabiegu, cały ten elektromagnetyczny ciężar zostaje rozładowany. Bonus obejmuje jeden zabieg.

BONUSY

20% ZNIŻKI NA TRENINGI DLA DZIECI PRACOWNIKÓW

Bez względu na wybrany przez Firmę pakiet, podczas jego realizacji, obowiązuje zniżka 20%- od cennika usług dostępnego na stronie https://klinikabiozdrowia.pl/cennik - dla wszystkich dzieci Pracowników. Zniżka obejmuje te treningi/ pakiety, które Pracownik opłaci w trakcie realizacji współpracy z Firmą.

Zajęcia dla dzieci realizowane są gabinecie Kliniki Biozdrowia w Warszawie.

Treningi neurobiofeedback służą zarówno dzieciom zdrowym, które pragną rozwijać swój potencjał jak i dzieciom z różnymi orzeczeniami specjalnymi jako pomoc w samoregulacji.

Dla kogo szczególnie jest Biofeedback?

- dysleksja, dysgrafia, dyskalkulia
- zaburzenia uwagi i koncentracji, problemy z nauką
- brak motywacji
- zaburzenia emocjonalne (nadmierny stres, lęki, natręctwa, tiki, depresja, agresja)
- zaburzenia psychosomatyczne na podłożu stresu (bóle, tiki)
- nadpobudliwość psychoruchowa (zespoły ADHD, ADD)
- Autyzm, Asperger
- zespół Down
- opóźnienie rozwoju oraz niepełnosprawność intelektualna
- zaburzenia mowy i jąkanie
- zaburzenia przyjmowania pokarmów (anoreksja, bulimia)
- uzależnienia (gry, alkohol, inne)
- rozwijanie nadzwyczajnych zdolności
- rozwijanie umiejętności sportowych
- przygotowanie do olimpiad, egzaminów, matury, itp.

Chcesz sprawdzić jak to działa?

ZAMÓW DARMOWĄ PREZENTACJĘ W FIRMIE

Jesteś osobą decyzyjną i chcesz sprawdzić jak działa EEG Biofeedback?

Zastanawiasz się, czy właśnie tego potrzebują Twoi Pracownicy?

Zamów darmową prezentację w Firmie

Podłączymy Cię do aparatury, przeprowadzimy krótki trening i odpowiemy na wszelkie pytania

Klinika Biozdrowia Katarzyna Żuber

www.klinikabiozdrowia.pl

798-144-588

biuro@klinikabiozdrowia.pl