

MIND.IN

THERE IS NO HEALTH WITHOUT MENTAL HEALTH

MIND.IN

PROGRAME CORPORATE DE SĂNĂTATE MINTALĂ

SCIENCE BASED. CUSTOMIZABILE. ADAPTATE CULTURAL



DESPRE NOI

MIND.IN

Suntem o echipă de psihologi și psihoterapeuți care concepe programe corporate de prevenție, intervenție și management al dificultăților psiho-emoționale și comportamentale ale angajaților. Abordarea noastră este una science based: soluții practice pentru îmbunătățirea sănătății mintale, susținute de cercetări în domeniu.



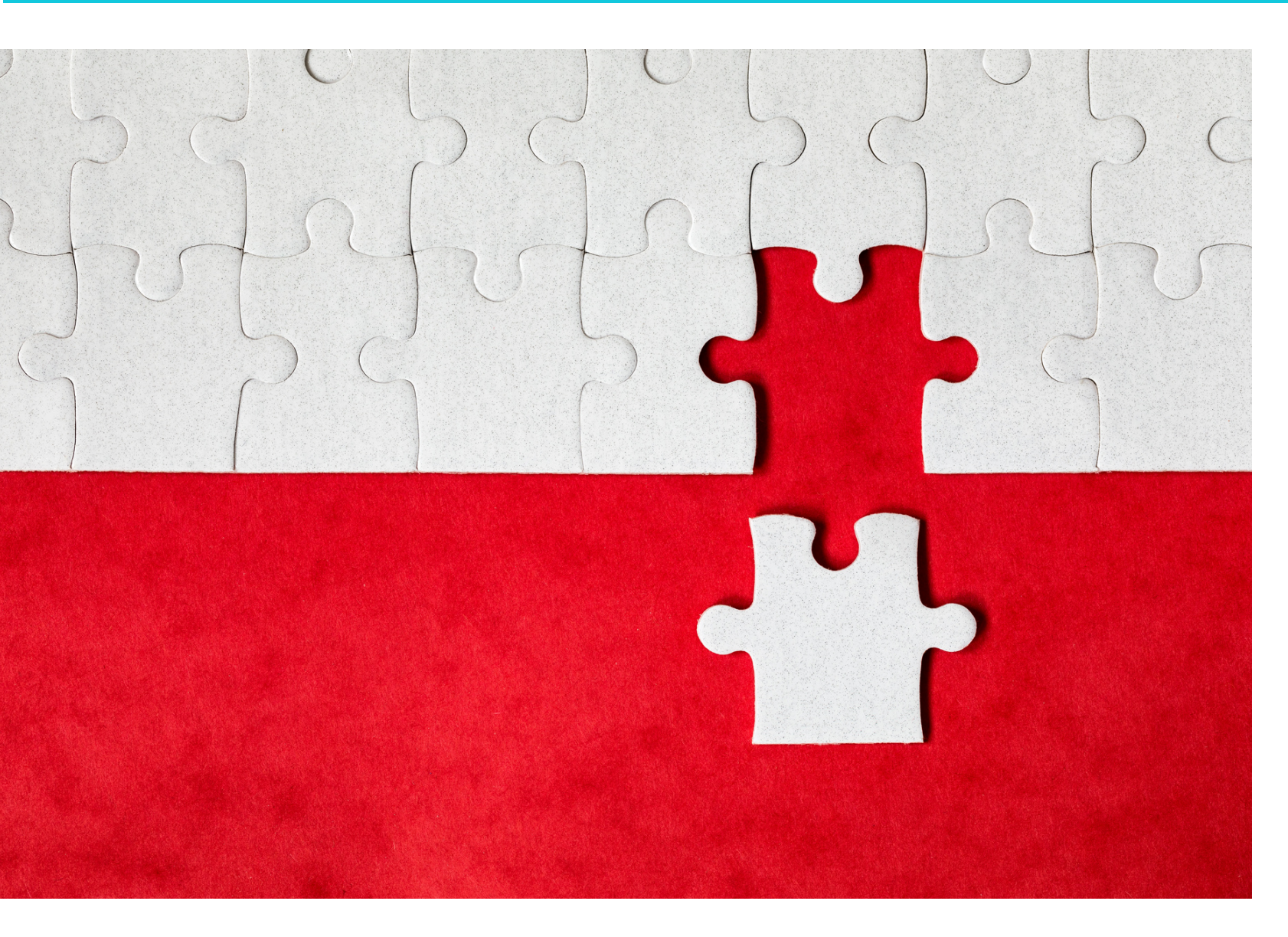
CRINA CRIȚ

Psiholog Clinician
Psihoterapeut CBT



SILVIA BÎNȚU

Psiholog Clinician



STARE DE BINE PSIHICĂ, PERFORMANȚE CRESCUTE

Știința ne spune că există o legătura inseparabilă între sănătatea mintală și cea fizică.

Starea psihică influențează profund interacțiunile sociale, performanța profesională și calitatea generală a vieții.

INVESTIȚIA ÎN BUNĂSTAREA ANGAJAȚILOR ÎNSEAMNĂ UN BRAND DE ANGAJATOR PUTERNIC

Investiția în sănătatea mintală trimite un mesaj puternic angajaților tăi: bunăstarea lor contează.

Această abordare proactivă creează o cultură pozitivă, de susținere a companiei, atrăgând talente și îmbunătățind brand-ul de angajator.

Un loc de muncă sănătos este unul în care angajații se simt apreciați, sprijiniți și inspirați să dea tot ce au mai bun.



CUM ESTE AFECTATĂ COMPANIA DE SĂNĂTATEA MINTALĂ PRECARĂ A ANGAJAȚILOR?

SCAD

- Implicarea și satisfacția angajaților
- Creativitatea și inovația
- Dinamica echipei
- Reputația corporativă
- Cultura la locul de muncă
- Retenția și recrutarea
- Productivitatea și performanța

CRESC

- Absenteismul
- Costurile de asistență medicală
- Riscul de burnout
- Riscurile legale și etice

PROGRAMELE NOASTRE



CUM OFERI PRIMUL
AJUTOR ÎN
SĂNĂTATEA MINTALĂ



WEBINARII &
WORKSHOPURI
CUSTOMIZABILE



CUM IDENTIFICĂM
SIMPTOMELE DE ANXIETATE
ȘI DEPRESIE LA COPIII ȘI
ĂDOLESCENȚII NOȘTRI

► PROGRAMUL CUM OFERI PRIMUL AJUTOR ÎN SĂNĂTATEA MINTALĂ

CE ESTE?

Program fundamentat științific, utilizat la nivel internațional, adaptat cultural pentru România, care te învață cum să acorzi primului ajutor în cele mai prevalente tulburări psiho-emoționale.

CE OFERĂ?

- Psihoeducație
- Prevenția tulburărilor psihice
- Dezvoltare abilități de comunicare
- Dezvoltare personală
- Destigmatizare sănătății mintale

DESFĂȘURARE

- Structură: 7 module
- Durată: 3 h / modul
- Locație: fizic / online

► PROGRAMUL CUM OFERI PRIMUL AJUTOR ÎN SĂNĂTATEA MINTALĂ

CUPRINS MODULE

MODULUL 1 - Seminar introductiv. Cum să oferi primul ajutor în sănătatea mintală

MODULUL 2 - Tulburările depresive, sindromul de burnout și tulburarea bipolară

MODULUL 3 - Primul Ajutor în tulburările depresive, sindromul de burnout și tulburarea bipolară

MODULUL 4 - Tulburările anxioase

MODULUL 5 - Primul Ajutor în tulburările anxioase

MODULUL 6 - Primul ajutor în tulburările consumului de substanțe

MODULUL 7 - Primul ajutor în episodul psihotic

► WEBINARUL CUM IDENTIFICĂM SIMPTOMELE DE ANXIETATE ȘI DEPRESIE LA COPIII ȘI ADOLESCENȚII NOȘTRI

CE ESTE?

Webinar psiho-educational dedicat angajaților care sunt și părinți. Webinarul are scopul să-i învețe cum să identifice simptome și să-și ajute copiii atunci când aceștia se află în suferință psiho-emoțională.

CE OFERĂ?

- Psihoeducație
- Prevenție
- Cunoștințe și abilități practice de intervenție
- Destigmatizare sănătății mintale

DESFĂȘURARE

- Structură: 1 modul
- Durată: 2 h
- Locație: fizic / online

► WEBINARII & PROGRAME CUSTOMIZABILE

Exemple de programe pe care le putem dezvolta la cerere:

- Prevenția și managementul burnout-ului
- Gestionarea conflictelor și îmbunătățirea cooperării
- Promovarea diversității și incluziunii sociale la locul de muncă
- Managementul stresului prin auto compasiune și mindfulness
- Gestionarea anxietății de performanță



MIND.IN

PORTOFOLIUL NOSTRU



JAPAN TOBACCO INTERNATIONAL



SOHO
•HOUSE OF BEAUTY•