THE TREE CONSULTING

MY 21

Gemeinsam gesund in **21** Tagen.

„Die wichtigsten Erkenntnisse aus 30 Jahren Forschung zur maximalen Stärkung von Immunsystem und Widerstandsfähigkeit."

Die derzeitige Situation mit dem Coronavirus COVID-19 stellt uns alle vor große Herausforderungen. Viele von uns werden mit dem Virus in Kontakt kommen. Wie können wir gesund bleiben? Und wie können wir die Infektion gut überstehen, wenn sie uns doch erwischt? Was können wir - neben Masken tragen und Abstand halten - selbst noch tun? Jede Menge! Wie? Das zeigt **MY 21**!

Erkenntnisse aus Medizin und Forschung belegen, dass wir unser Immunsystem, unsere körperliche Gesundheit und unsere mentale Stärke in kurzer Zeit deutlich verbessern können! Mit MY 21 soll dieses Wissen möglichst vielen Menschen zugänglich gemacht werden!

In einfachen Schritten für **21 Tage** stärkt das Programm Ihre Widerstandsfähigkeit. **MY 21** kann **maßgeschneidert** für Ihr Unternehmen **zusammengestellt** werden. Basierend auf wissenschaftlichen Studien und Forschungsergebnissen bietet es täglich Hintergrundinformationen und Impulse, ein persönliches Gesundheitstagebuch sowie die Möglichkeit von Gesprächen mit Expertinnen und Experten.

Alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter Ihres Unternehmens haben Zugang und können es auch an ihre Angehörigen weitergeben bzw. mit ihnen gemeinsam nutzen.

Individuelle Auswahl...

MY 21 Essence

21 Tage, täglich versorgt mit:

- Wussten Sie, dass...
- Die Essence zur Widerstandsfähigkeit

Woche 1: **Kontrolliere die Situation**
Woche 2: **Erkenne Dein Potenzial**
Woche 3: **Entfalte es im Alltag**

MY 21 Inter-Act

- Impulsgebende Erfolgsfragen
- inkl. Darstellungen der Ziele & Erfolge

MY 21 Experts

- Videomaterial
- Webinare
- Keynote Lectures
- Team-/Einzelcoaching

...passend zu Ihren Anforderungen

Nähere Informationen bei
Prof. Dr. Wolfgang Lalouschek: w.lalouschek@thetree.at

Fasholdgasse 3/7, A-1130 Wien (+43) 1 90 89 901 info@thetree.at