Report Holos 2021

O primeiro semestre de 2021 da Holos

O primeiro semestre de 2021 continuou sendo a respeito da saúde mental e a Holos continuou atuando com muita responsabilidade e compromisso a respeito do tema. Com tantas incertezas ainda presentes em nossa rotina, o posicionamento empresarial de uma nova cultura organizacional com o colaborador em primeiro lugar continuou sendo prioridade em muitas empresas.

A nossa missão tem aumentado mais a cada dia e por isso temos tanto orgulho de ter impactado mais de 40 mil vidas durante todo esse período de isolamento social. Expressamos nossa gratidão aos nossos parceiros que confiam em nosso trabalho e transformam a vida de seus colaboradores aplicando nossas soluções de terapias holísticas.

Índice

Introdução 04
Metodologia 05
Meditação 07
Yoga 11
Reiki 14
Terapia Sonora 17
Talks 20
Nivel de Satisfação 24
Conclusão 25
Sobre a Holos 26

Introdução

O objetivo da criação deste relatório é registrar **o impacto do trabalho da Holos** no primeiro semestre de 2021 e promover a experiência de nossos parceiros com os serviços que prestamos.

Nesta pesquisa, tivemos **2000 mil funcionários** participando da experiência Holos, respondendo às nossas pesquisas de meditação, ioga, reiki e sala de conversação em um ambiente online. Apresentaremos os seguintes tópicos sobre nossos serviços e atividades regulares:

Como a meditação ajuda no trabalho?
Qual a eficácia do método de meditação aplicado pela Holos nos clientes?
Quais os benefícios do yoga no ambiente corporativo?
Como foi a experiência dos colaboradores clientes da Holos nas salas de yoga?
Quais as vantagens do Reiki quando aplicado nas empresas?
Como os clientes da Holos avaliam as práticas de Reiki online?
Quais as vantagens da Terapia Sonora quando aplicado nas empresas?
Como os clientes da Holos avaliam as práticas de Terapia Sonora online?
Como é o método de talks e palestras da Holos no trabalho?
Qual o impacto dos talks na vida dos colaboradores?

Metodologia

A Holos Report 2021 foi realizada de forma online, por meio de questionários disponibilizados ao longo do semestre após as salas de meditação, yoga, reiki, terapia sonora e talks. Essa pesquisa contou com a participação de 2000 colaboradores* respondentes de diferentes empresas de todo país.

Após a realização de cada prática, a Holos disparou uma pesquisa de percepção para os colaboradores, para analisarmos temas, setup técnico das salas, organização, dinâmica dos profissionais, engajamento, motivação e anseio, além dos demais KPIs do projeto de cada cliente.

Além de permitir com que o participante deixasse um depoimento em relação a experiência com a Holos, no questionário usamos o método de NPS (Net Promoter Score) com um formato de avaliação da experiência com a prática realizada e sua eficácia. Focamos em perguntas diretas e fechadas que se basearam em:

Como você passou a sentir a sua **energia** após a prática? (No sentido de disposição, foco, tranquilidade, calma...)

Você considera que essa prática pode **contribuir** com a sua saúde mental e emocional?

Qual a probabilidade de você **indicar** essa prática para um amigo ou colega?

Em uma escala de 0 a 10, como você se sente em relação à **experiência** dessa prática em relação à condução (cenário, áudio, vídeo, postura do profissional)?

*Nota: para cada prática realizada tivemos um número de respondentes correspondentes às salas de serviço recorrente e eventos que serão detalhados ao longo do relatório.

TABELA DE NPS	
ESCALA	CLASSIFICAÇÃO
0 a 50	aperfeiçoamento/regular
50 a 75	muito bom
75 a 100	excelente

Meditação

A meditação é uma técnica que permite conduzir a mente para um estado de calma, relaxamento e presença por meio de métodos que envolvem a postura, focalização da atenção para atingir tranquilidade, concentração e conexão com si mesmo.

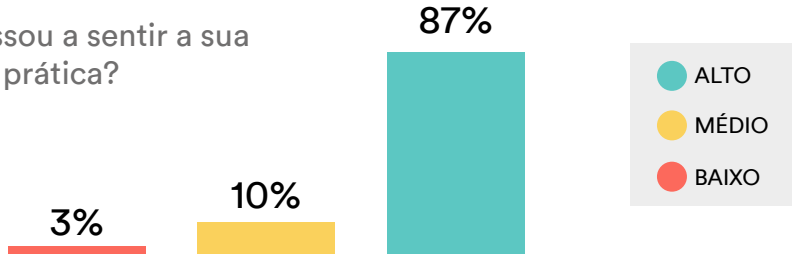
A prática de meditação com o método Holos nas empresas gera um descarregamento de sentimentos danosos como o estresse, ansiedade e falta de foco, além de transformar a maneira em como interagimos com outros indivíduos. A partir disso, tratamos questões como o foco, tranquilidade, equilíbrio, concentração e a consciência.

> *Nada como uma dose de meditação para melhorar nossa saúde mental e nos trazer para o momento presente ou nos colocar em contato com essa parte "maior" de nós. A parte mais difícil é se concentrar dada a quantidade e velocidade dos pensamentos que vem. É impressionante como vai mudando com o tempo e vamos sentindo mais controle sobre os pensamentos.*
>
> **Colaborador da ZUP**

Meditação Semanal

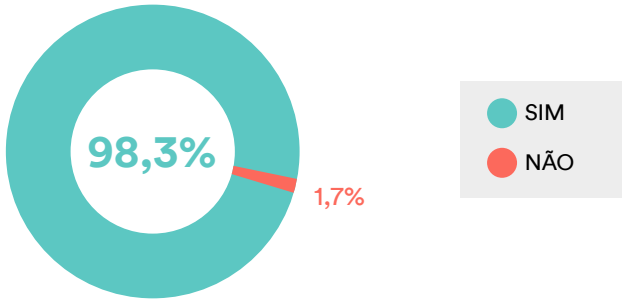
Para medir a experiência e adesão do programa de meditação semanal foram aplicados questionários após cada sala, contando com 611 respondentes. Pedimos para os participantes classificarem entre alto, médio e baixo o nível de energia após a meditação, em como eles se sentiram em relação à prática. A maioria, 87,% classificaram como alto nível de energia após a prática, seguido por 10% que, entre as opções, escolheram médio e 3% que avaliaram como baixo. Fazendo a média temos uma nota de 9,36 com a experiência da meditação.

Como você passou a sentir a sua **energia** após a prática?



Também perguntamos para os participantes se essa prática pode contribuir para o bem-estar emocional. A grande maioria, 98,3% deles responderam que sim, enquanto somente 1,7% não acham que ela pode ajudar a melhorar a saúde das emoções.

A prática de meditação pode contribuir para o **bem-estar** emocional?



Além disso, o **NPS** dessa prática, quando realizada de forma semanal, ficou em 83, número excelente na tabela universal dessa métrica de satisfação.
Esse número é comprovado a partir de uma série de perguntas, incluindo a de classificação: "De 0 a 10 qual a probabilidade de recomendar a meditação para um amigo?". 83% afirmaram ter uma grande chance de recomendar essa prática, enquanto somente 13% não recomendariam.

Qual a probabilidade de você **indicar essa prática** para um amigo ou colega?

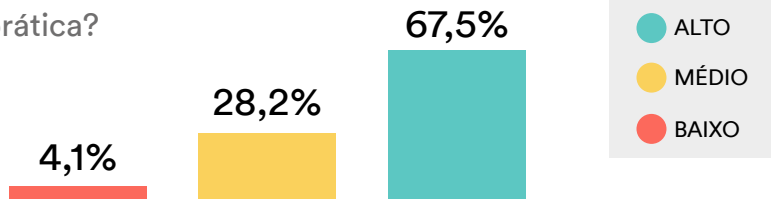
Média da experiência da prática: 9,36 e NPS 83

Evento com Meditação

Os eventos com meditação são muito bem recebidos pelos participantes. Geralmente essa prática é aplicada semanalmente nas empresas como também em SIPATs, datas comemorativas de conscientização e eventos de promoção de bem-estar e saúde mental.

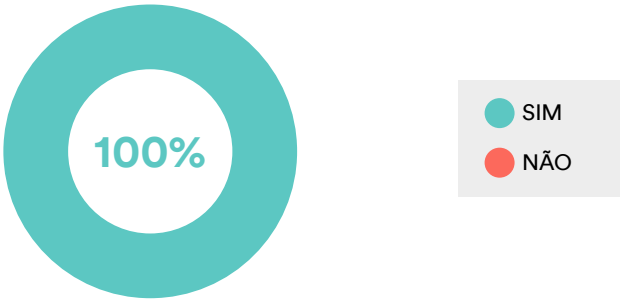
Para medir a experiência e adesão do programa de meditação semanal foram aplicados questionários após cada evento, que contaram com 79 respondentes. Pedimos para os participantes classificarem entre alto, médio e baixo o nível de energia após a meditação, em como eles se sentiram em relação à prática. Fazendo a média temos uma nota de 9 com a experiência da meditação no evento.

Como você passou a sentir a sua **energia** após a prática?



Perguntamos para os participantes do evento se essa prática pode contribuir para o bem-estar emocional. 100% responderam que sim, portanto podemos concluir que a meditação pode ajudar a melhorar a saúde das emoções.

A prática de meditação pode contribuir para o **bem-estar** emocional?

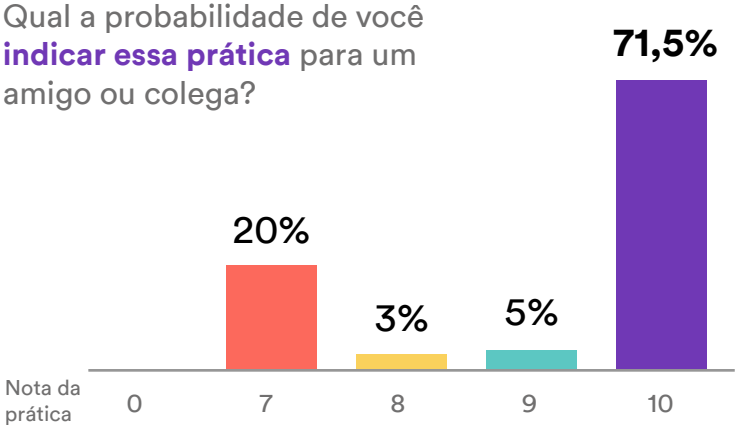


Além disso, o NPS dessa prática, quando realizada em eventos, ficou em 72. Acima desse número o serviço é considerado excelente na tabela universal dessa métrica de satisfação.

Média da experiência da prática: 9 e NPS 72

Quando perguntamos "De 0 a 10 qual a probabilidade de recomendar a meditação para um amigo?", 71,5% afirmaram ter uma grande chance de recomendar essa prática, enquanto somente 28,5% têm uma pequena chance de recomendação.

Qual a probabilidade de você **indicar essa prática** para um amigo ou colega?



Que ótima iniciativa da Elsys nos proporcionar a prática da meditação. Hoje eu não entrei desde o início, entrei no meio da prática, porém, o pouco que me permiti, já consegui sentir e me conectar com o meu mundo interno, que experiência fantástica!!!!!

Agora entendo que pessoas que praticam a meditação diariamente, falam que todos nós devemos praticar porque o bem que nos traz, faz o nosso dia muito mais produtivo, animado, pensamentos positivos!!!! Que entre no calendário da Elsys a prática da meditação!!!!!! Muito obrigado!!!!!!

Colaborador da Elsys

Yoga

O Yoga é uma ciência antiga que possui mais de 5 mil anos e que tem por objetivo unir o corpo, a mente e o espírito, possibilitando que as pessoas se reconectem com sua verdadeira essência.

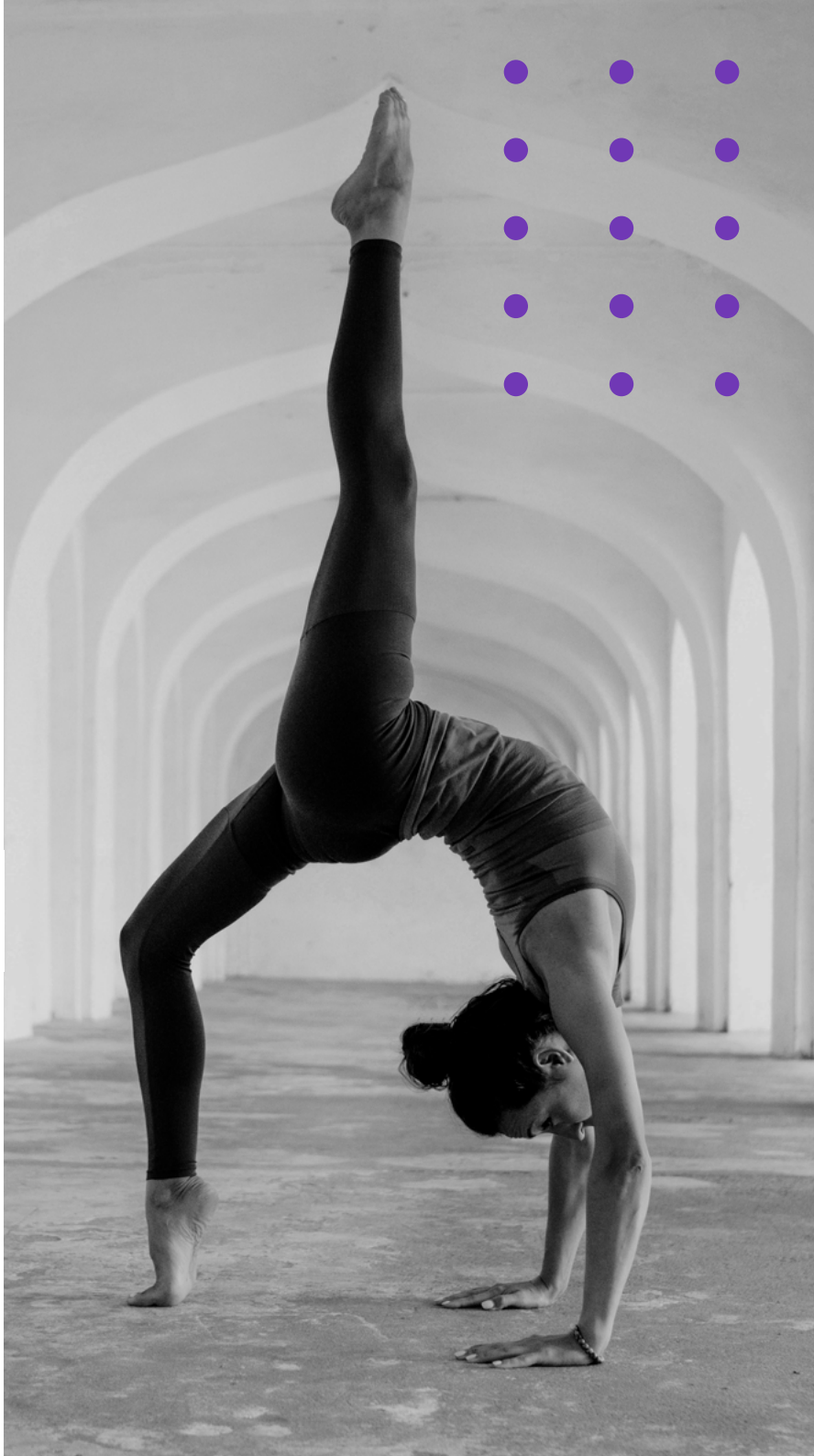
Com o método usado pela Holos de Yoga laboral, a prática trabalha o corpo e a mente, trazendo resistência, flexibilidade, consciência corporal e mental, auxílio para o controle do estresse, ansiedade, dores no corpo, sono, respiração e além de tudo isso, auxilia na melhora do equilíbrio e promove uma sensação de bem-estar.

> *Excelente iniciativa da empresa de sempre trazer práticas de Bem Estar para os colaboradores.*
> **- Colaboradora da ENEL**

Yoga semanal

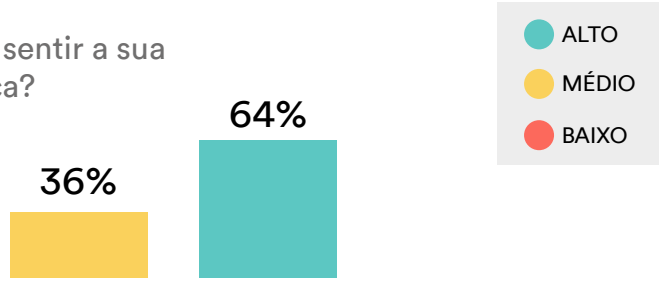
Para medir a experiência e adesão do programa de yoga semanal foram aplicados questionários após cada prática. Essa prática, apesar de ter tido um número menor de respondentes, quando aplicada semanalmente é muito benéfica por dar resultados satisfatórios no cotidiano.

Pedimos para os participantes classificarem entre alto, médio e baixo o nível de energia após a meditação, em como eles se sentiram em relação à prática. A



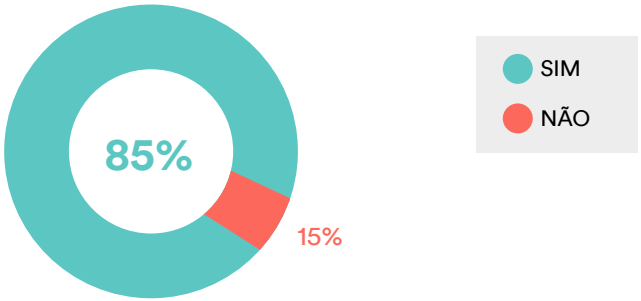
maioria, 64,% classificaram como alto nível de energia após a prática, seguido por 36% que, entre as opções, escolheram médio. Fazendo a média temos a nota 9,44 com a experiência da yoga em salas coletivas.

Como você passou a sentir a sua **energia** após a prática?



Perguntamos para os participantes se a prática de yoga semanal pode contribuir para o bem-estar emocional. A maioria respondeu que sim, atingindo um número de 85% de aprovação.

A prática de yoga pode contribuir para o **bem-estar** emocional?



Essa prática integrativa é reconhecida pela OMS e pelo PNPIC (Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares). Para a OMS, os benefícios dessa prática para o bem-estar físico e mental têm sido demonstrados por vários estudos — como a *World Health Organization e Yogic Science for Human Resource Management in Business* — e a integração prática e psicológica promovida por essa filosofia tem sido considerada uma ferramenta valiosa para o desenvolvimento e a gestão de pessoas.

Segundo 70% dos participantes a probabilidade de recomendar a prática de yoga semanal para um amigo é altíssima, seguido pelos outros 30% que consideram a probabilidade de recomendação alta. Esse dado é importante para mostrar que além de gostar da prática, essas pessoas também indicariam para alguém que gostam e querem bem, afinal o yoga tem um NPS de 70, que é muito bom.

Qual a probabilidade de você **indicar essa prática** para um amigo ou colega?

***"Primeira vez, gostei muito, essa prática ajuda a desestressar para focar melhor no restante do dia!"* - Colaborador da Porto Seguro**

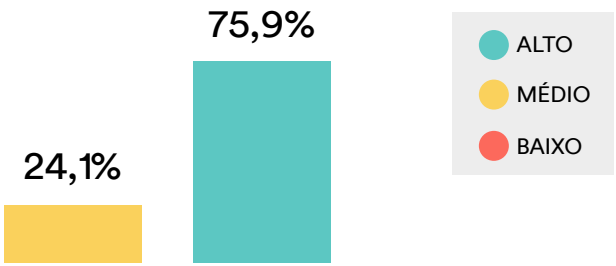
Média da experiência da prática: 9,44 e NPS 70

Evento com Yoga

Os eventos com yoga são uma forma de trazer não somente a saúde mental em formatos de explicações como também proporciona um momento de integração ativa, com a asanas e pranayamas, e a apresentação de uma filosofia que para muitos é um método preventivo de doenças de diversos tipos.

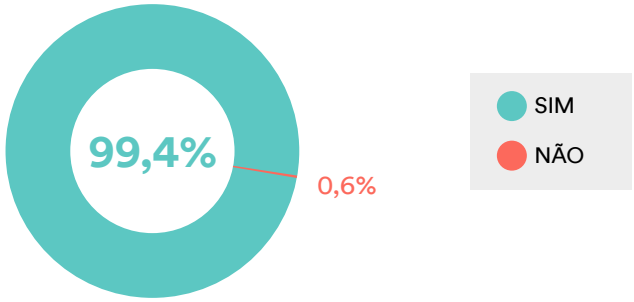
Para medir a experiência e adesão do programa de yoga semanal foram aplicados questionários após cada prática, obtendo 72 respondentes. Pedimos para os participantes classificarem entre alto, médio e baixo o nível de energia após o yoga, em como eles se sentiram em relação à prática. Fazendo a média temos uma nota de 9,31 com a experiência do yoga no evento.

Como você passou a sentir a sua **energia** após a prática?



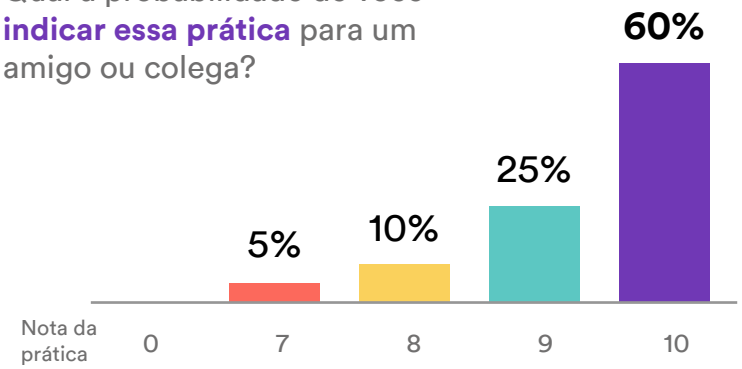
Assim como foi para os praticantes do yoga semanal, para aqueles que vivenciaram a prática nos eventos, o yoga também foi considerado uma forma de contribuir para o bem-estar emocional por 99,4% dos participantes.

A prática de yoga pode contribuir para o **bem-estar** emocional?



O NPS do yoga quando realizado em eventos é 60, número muito bom de satisfação e que é comprovado pelos 70% dos participantes que consideraram a probabilidade de recomendação para um amigo altíssima.

Qual a probabilidade de você **indicar essa prática** para um amigo ou colega?



Média da experiência da prática: 9,31 e NPS 60

Reiki

O Reiki é uma técnica criada no Japão que consiste na transferência de uma energia universal, através de uma pessoa para outra e acredita-se que desta forma é possível alinhar centros de energia do corpo, conhecidos como chakras, promovendo o equilíbrio energético, necessário para manter o bem-estar físico e mental. Podendo ser aplicada presencialmente ou à distância, a doação do Reiki já é uma técnica reconhecida pelo Sistema Único de Saúde (SUS).

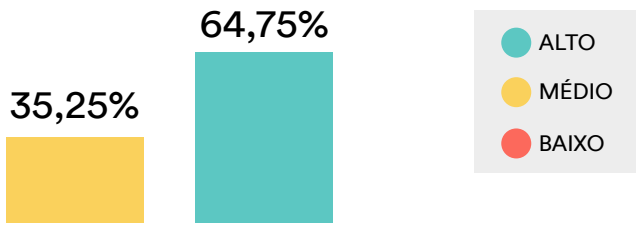
O método de Reiki online da Holos para empresas auxilia no tratamento do corpo todo, como diversos tipos de doenças ou disfunções físicas, mentais e emocionais que são resultado de energias fluindo de forma incorreta, bloqueada ou parada. A realização do Reiki envolve a transferência de energia vital que faz com que o corpo fique em equilíbrio, gerando sensação de bem-estar, melhorando o humor e promovendo a saúde física. Estresse, sedentarismo, insônia, respiração incorreta, mágoa, raiva, ansiedade e baixa autoestima são capazes de interferir no fluxo energético individual, o que pode causar alguns distúrbios físicos ou mentais.

> *A Holos mais uma vez nos proporcionou muita energia positiva e nos trouxe muitas coisas positivas.* - **Colaborador da CASU**

Reiki semanal

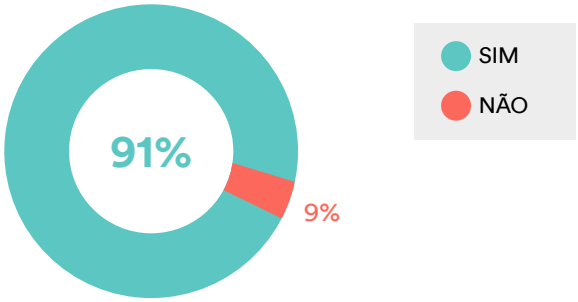
Para medir a experiência e adesão do programa de reiki semanal foram aplicados questionários para os participantes, onde tivemos 58 respondentes. Essa prática, foi usada por empresas que estavam procurando formas alternativas de trazer um momento de tranquilidade e alívio de sentimentos e pensamentos negativos. Pedimos para os participantes classificarem entre alto, médio e baixo o nível de energia após o reiki, em como eles se sentiram em relação à prática. A maioria, 64,75%, classificaram como alto nível de energia após a prática, seguido por 35,25% que, entre as opções, escolheram médio. Fazendo a média temos uma nota de 9,14 com a experiência do reiki.

Como você passou a sentir a sua **energia** após a prática?



Para a grande maioria dos participantes das salas de reiki coletivo, 91%, essa prática pode contribuir para o bem-estar emocional no ambiente de trabalho e somente 9% acreditam que não. Geralmente essa prática é aplicada em salas coletivas para elevar a energia dos participantes e muitos se sentem mais dispostos e felizes para um novo dia após a finalização do reiki.

A prática de reiki pode contribuir para o **bem-estar** emocional?



Segundo 88% dos participantes a probabilidade de recomendar a prática de reiki semanal para um amigo é altíssima, seguido pelos outros 12% que consideram a probabilidade de recomendação alta. Essas taxas justificam o NPS de 70, número muito bom na classificação desse método de avaliação de satisfação.

Qual a probabilidade de você **indicar essa prática** para um amigo ou colega?

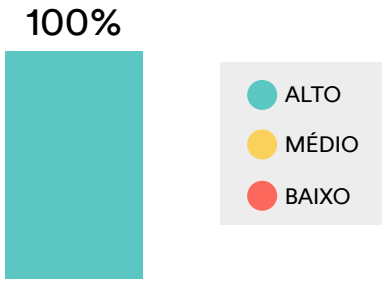
Média da experiência da prática: 9,14 e NPS 70

Evento com reiki

O reiki não é uma prática tão conhecida quanto o yoga e a meditação, mas traz benefícios incríveis! Ela é uma prática integrativa que atua nos corpos físico, mental, emocional e espiritual trazendo equilíbrio energético que são essenciais no ambiente de trabalho.

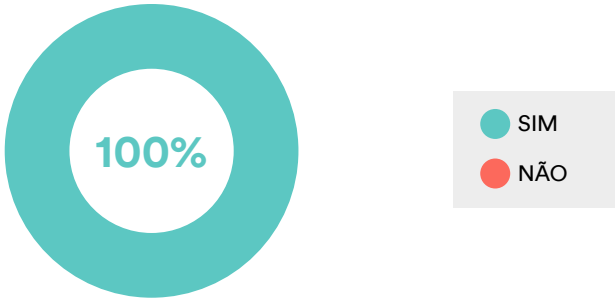
Para medir a experiência e adesão do programa de reiki semanal foram aplicados questionários que contaram com 4 respondentes. Pedimos para os participantes classificarem entre alto, médio e baixo o nível de energia após o reiki, em como eles se sentiram em relação à prática. 100,% classificaram como alto nível de energia após a prática. Fazendo a média temos uma nota de 9,75 com a experiência do reiki em eventos.

Como você passou a sentir a sua **energia** após a prática?



Ao perguntar se a prática pode contribuir para o bem estar emocional do participante, 100% responderam que sim. Número que demonstra como o reiki em eventos é uma experiência benéfica para os colaboradores.

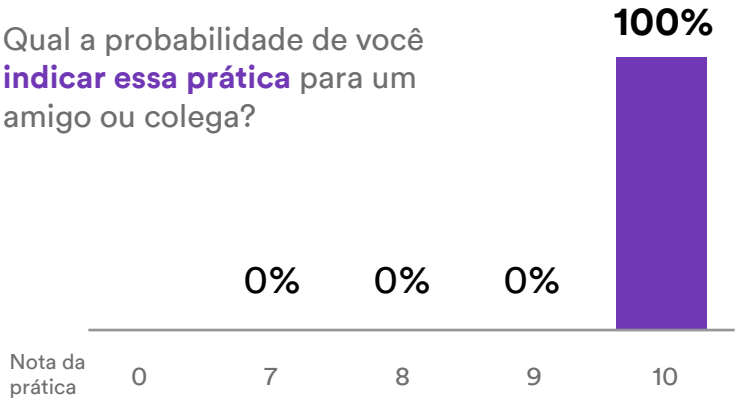
A prática de reiki pode contribuir para o **bem-estar** emocional?



> *"Muito agradável a prática de hoje. Gratidão!"* - **Colaborador da Software *ONE***

O NPS, método avaliação satisfação do cliente, dessa prática em geral foi de 100. Para 100% dos participantes, a probabilidade de recomendar o evento com reiki para um amigo é altíssima.

Qual a probabilidade de você **indicar essa prática** para um amigo ou colega?



Média da experiência da prática: 9,75 e NPS 100

Terapia Sonora

A música tem um impacto direto nas emoções, no comportamento e até mesmo em nossa saúde — física e mental. Quando escutamos ou tocamos alguma música, nosso cérebro é ativado em várias áreas e poucas atividades intelectuais como a música instiga tanto o nosso cérebro.

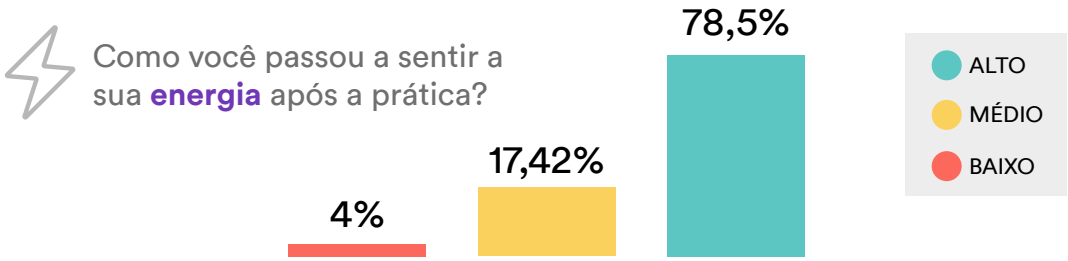
A terapia sonora é a utilização da músicas e seus elementos (som, ritmo, melodia, harmonias) por um musicoterapeuta qualificado, podendo ser individual ou em grupo, em um processo para facilitar e promover a comunicação, relação, aprendizagem, mobilização, expressão, organização e outros diversos aspectos terapêuticos relevantes, no sentido de alcançar necessidades físicas, emocionais, mentais, cognitivas e sociais. A prática dessa técnica ajuda na questão da hipertensão, Parkinson, autismo, depressão, ansiedade, estresse, raiva, entre outros fatores que podem impactar em nossa rotina.

> *Achei a terapia sonora excelente, realmente relaxou a mente. Obrigada por essa oportunidade no final de um dia de trabalho.* - **Colaborador da SERVIER**

Terapia Sonora semanal

Para medir a experiência e adesão do programa de terapia sonora semanal foram aplicados questionários para os participantes, onde tivemos 147 respondentes. Essa prática, foi usada por empresas que estavam procurando formas alternativas de trazer um momento de tranquilidade e alívio de sentimentos e pensamentos negativos.

Pedimos para os participantes classificarem entre alto, médio e baixo o nível de energia após a terapia sonora, em como eles se sentiram em relação à prática. A maioria, 78,5%, classificaram como alto nível de energia após a prática, seguido por 17,42% que, entre as opções, escolheram médio e apenas 4% escolheram baixo. Fazendo a média temos uma nota de 9,34 com a experiência da terapia sonora em salas coletivas.



Todos os respondentes consideraram que a prática de terapia sonora pode contribuir com o bem-estar emocional. Ou seja, 100%, essa prática pode contribuir para o bem estar emocional no ambiente de trabalho.

Geralmente essa prática é aplicada em salas coletivas para elevar a energia dos participantes e muitos se sentem mais dispostos e felizes para um novo dia após a finalização da terapia sonora. Essas taxas justificam o NPS de 88, número excelente na classificação desse método de avaliação de satisfação.

Média da experiência da prática: 9,34 e NPS 88

Foi uma sessão maravilhosa, nunca tinha participado antes e sai energizada.
- Colaborador da ZUP

Evento com Terapia Sonora

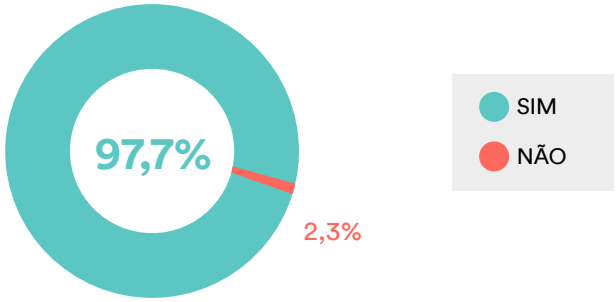
Os eventos com terapia sonora são encontros que utilizam da música e de sons para auxiliar e trazer momentos de calma e tranquilidade, além de ajudar com a limpeza de pensamentos negativos. É uma técnica que trabalha com a saúde ao utilizar formas diversas de aprendizado, expressões e arte. Trazendo prevenção e promoção de saúde para todos.

Para medir a experiência com os eventos de terapia sonora foram aplicados questionários nos quais tivemos 61 respondentes. A partir disso, pedimos para que os respondentes classificarem entre alto, médio e baixo o nível de energia após a prática de terapia sonora. Fazendo a média da experiência, temos uma nota de 8,71 com a experiência da prática em eventos.

Como você passou a sentir a sua **energia** após a prática?

A maioria dos respondentes consideraram que a prática de terapia sonora pode contribuir com o bem-estar emocional. 97,7% dos participantes responderam que essa prática pode contribuir para o bem estar emocional no ambiente de trabalho.

A prática de terapia sonora pode contribuir para o **bem-estar** emocional?



Com os eventos de terapia sonora, obtivemos o NPS de 67, número muito bom na tabela universal dessa métrica de satisfação.

Média da experiência da prática: 8,71 e NPS 67

Talks

Os talks são encontros que disseminam o conhecimento de forma fluente e dinâmica. Com o apoio dos especialistas no assunto, selecionamos os temas a serem desenvolvidos de forma personalizada para que as empresas resolvam os pontos problemáticos específicos de cada organização.

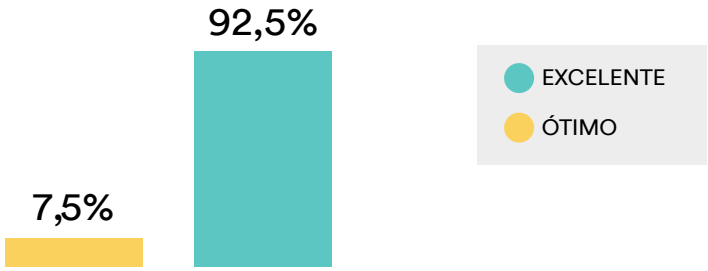
O método de Talks da Holos promove o conhecimento de diversos temas relacionados aos colaboradores. Alguns exemplos de Talks que a Holos proporcionou são: inteligência emocional, segurança no trabalho, empatia, liderança, alto desempenho e organização pessoal. Por meio do encontro, foram resolvidos os pontos de dor pessoais de cada empresa, como baixa participação, falta de organização, problemas emocionais e assim por diante.

> *Muito obrigada pela reflexão e exercício de gratidão na prática. Foi muito válido!*

Talk semanal

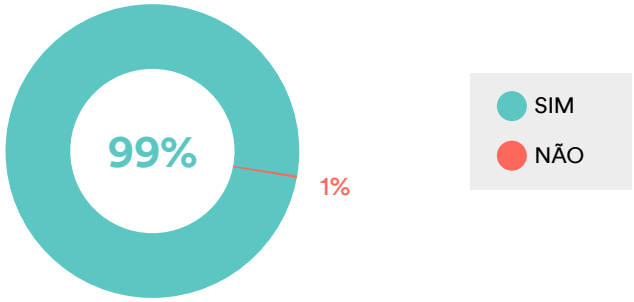
Para medir a experiência e adesão do programa de talks semanais foram aplicados questionários que contaram com 527 respondentes. Pedimos para os participantes classificarem de 1 a 10, sendo 1 muito ruim e 10 excelente, em como eles se sentiram em relação à prática. A maioria, 92,5% classificaram como excelente, seguido por 7,5% que, entre as opções, escolheram ótimo. Fazendo a média temos uma nota de 9,8 com a experiência de talks.

Como você **se sentiu** em relação à prática?



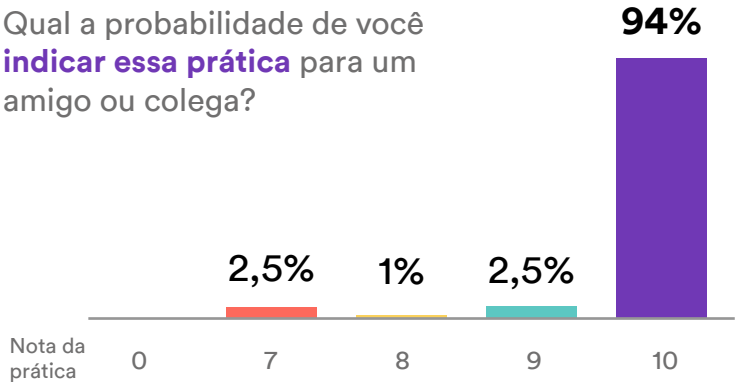
Também perguntamos para os participantes se essa prática pode contribuir para o bem-estar emocional. A grande maioria, 99% deles responderam que sim, afinal essa é uma das práticas da Holos que são consideradas como as mais benéficas entre os participantes, pois além de promover momentos de autoconhecimento, também geram união e reflexão entre os times.

Os talks podem contribuir para o **bem-estar** emocional?



Além disso, o NPS dessa prática, quando realizada de forma semanal, ficou em 90, número excelente na tabela universal dessa métrica de satisfação e o maior NPS entre as práticas oferecidas pela Holos. Esse número é comprovado a partir de uma série de perguntas, incluindo a de classificação: "De 0 a 10 qual a probabilidade de recomendar os talks para um amigo?". 97% afirmaram ter uma chance altíssima de recomendar essa prática, enquanto somente 3% não recomendariam.

Qual a probabilidade de você **indicar essa prática** para um amigo ou colega?



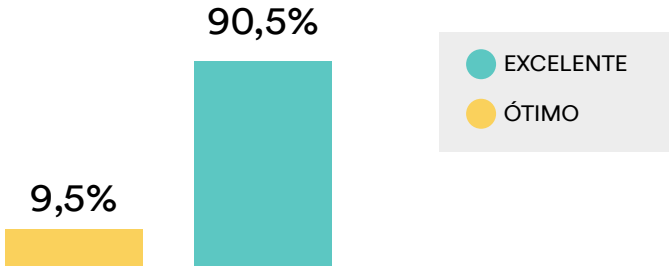
Média da experiência da prática: 9,8 e NPS 90

Eventos com Talks

Os eventos com talks muitas vezes são realizados para trazer reflexão sobre alguma conscientização ou comemoração, além de SIPATs e semanas da saúde mental. Para discutir esses temas, os profissionais parceiros da Holos trazem temas para as salas coletivas, permitindo com que os participantes possam interagir e compartilhar suas vivências.

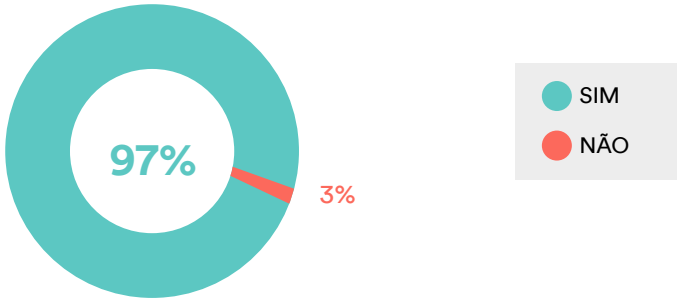
Para medir a experiência do programa de talks em eventos foram aplicados questionários onde obtivemos 383 respondentes. Pedimos para os participantes classificarem de 0 a 10, sendo 0 muito ruim e 10 excelente, em como eles se sentiram em relação à prática. Cerca de 90,5% dos participantes, classificaram como excelente, seguido por 9,5% que consideram como ótimo. Fazendo a média temos uma nota de 9,31 com a experiência do talks em eventos.

Como você **se sentiu** em relação à prática?



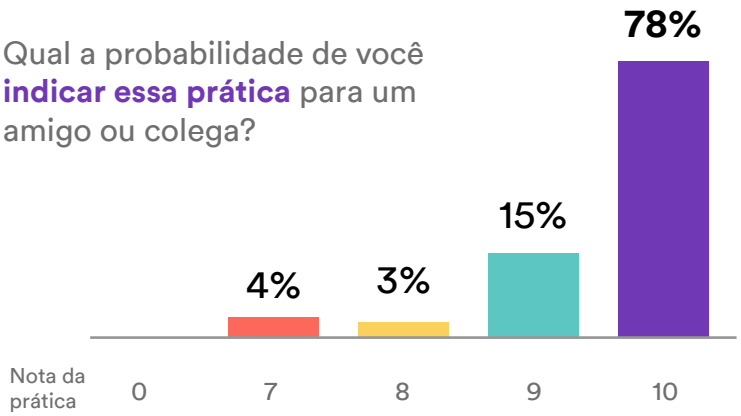
Para medir a eficácia do talks em eventos fizemos a seguinte pergunta: "A prática pode contribuir para o bem-estar emocional?". Para 97% dos participantes essa é uma prática que aumenta o sentimento de bem-estar.

Os talks podem contribuir para o **bem-estar** emocional?



Para medir o NPS do evento com talks foi aplicado um questionário com 383 participantes da prática obtendo um número de 79. Perguntamos qual a probabilidade de recomendação da prática, para 78% dos participantes, a grande maioria, a probabilidade de recomendar o talks para um amigo é altíssima.

Qual a probabilidade de você **indicar essa prática** para um amigo ou colega?



Média da experiência da prática: 9,31 e NPS 79

“Amei o tema trazido pela Cibele, profissional da Holos. Estado de Presença. Cibele como sempre muito inteligente e dócil em sua forma de falar, trazendo leveza para nossas tardes. Honro a vida de cada uma de vocês da Holos. Gratidão por realizar este lindo trabalho de abertura do Despertar! Aho!”

Colaboradora da SERVIER

Nível de Satisfação

O NPS, Net Promoter Score, é uma das maneiras mais confiáveis de se medir a satisfação dos usuários com um produto ou serviço. Fazendo uma média entre todas as modalidades apresentadas temos uma nota de 80. Número considerado excelente na tabela de classificação, sendo que de 0 a 50 está em aperfeiçoamento, 50 a 75 muito bom e 75 a 100 excelente. Portanto, no geral podemos considerar que a satisfação dos colaboradores em relação aos serviços prestados pela Holos é excelente.

Conclusão

Por meio dessa pesquisa, podemos encontrar dados que comprovam a eficácia da aplicação das técnicas de terapias holísticas nos mais diversos setores e empresas. Frequentemente, consideramos apenas os cuidados físicos, mas esquecemos que a mente e o espírito precisam da mesma atenção. A saúde dos funcionários deve ser vista de uma forma holística, ou seja, de forma integral.

Afinal, se não nos sentimos bem com nós mesmos e com as pessoas ao nosso redor, é impossível nos dedicarmos ao ambiente de trabalho e nos engajar, ter energia e produtividade necessárias para realizar as atividades. Portanto, o autoconhecimento precisa ser uma pauta da empresa para que eles possam atingir seus objetivos e trazer felicidade aos seus colaboradores.

Sobre a Holos

A Holos oferece soluções de terapia holística 100% focadas no meio corporativo, investindo na saúde emocional dos colaboradores com métodos preventivos milenares como meditação, yoga, reiki e apoio psicológico individual e em grupo, com programas de bem-estar semanais, eventos e SIPAT. Em 2020 impactamos mais de 20 mil vidas de empresas como VALE, UNIMED, SERVIER, Anglo American, Microcity, Webmotors e SoftwareONE, ao trazer bem- estar, consciência, inteligência emocional, qualidade de vida e produtividade para os profissionais de diversas empresas brasileiras! Quer fazer parte desse grupo de empresas que estão transformando a cultura de saúde corporativa?

FALE COM OS NOSSOS ESPECIALISTAS