

GOYA Business Retreat

Das etwas andere Teambuilding-Offsite



GOYA
corporate



GOYA Mindfulness

Denn Erfolg kommt von Innen

Teambuilding, Incentives und Fortbildungen gehören zu einer nachhaltigen Personalpolitik, fördern die Mitarbeiterbindung und -Entwicklung. Die GOYA Business Retreats bieten eine perfekt austarierte Symbiose dieser drei Bereiche zur Förderung Ihres Teams mit besonderem Fokus auf die Themen Stressmanagement, Burnout-Prävention und Persönlichkeitsentwicklung.

Mit GOYA YOGA verhelfen Sie Ihrem Team zu mehr Effizienz.



Hoher Ausfall durch Stress und Überforderung

WHO bestätigt

Stress, mangelnde Bewegung und einseitige Ernährungsgewohnheiten gehören heute zu den bedeutendsten gesundheitlichen Risikofaktoren unserer Gesellschaft. Psychische Erkrankungen (Depressionen, Phobien, Angststörungen und Suchterkrankungen) sind nach Angaben der WHO* in Europa und den USA inzwischen ein Hauptgrund für Arbeitsunfähigkeit.

Mit GOYA wirken Sie dem hohen Krankenstand entgegen.

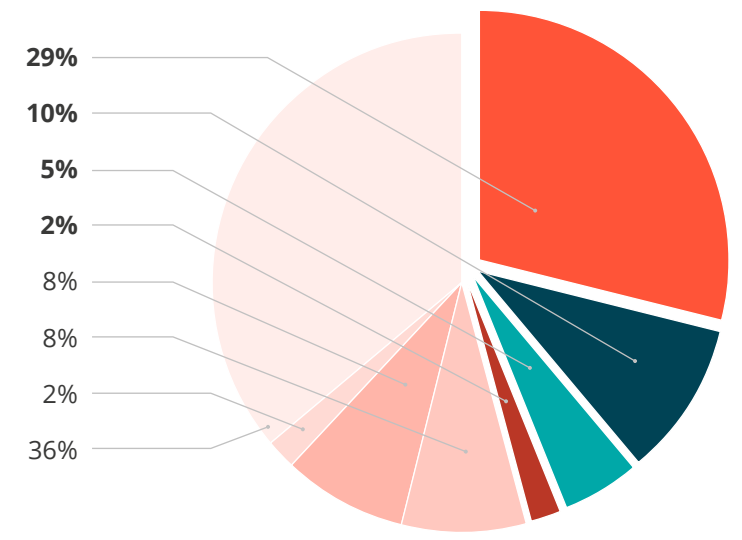
Quelle: www.who.int/mental_health/management/depression



Hoher Ausfall durch Stress und Überforderung

Die häufigsten Gründe im Überblick

- Psychische Erkrankungen**
- Drogensucht und Alkoholismus**
- Herz-Kreislauf Erkrankungen**
- Migräne**
- Alzheimer
- Atemwegserkrankungen
- Krebs
- Andere Erkrankungen





Das GOYA Konzept

Beyond meditation and mindfulness

Das GOYA-Offsite Programm auf Mallorca basiert auf der GOYA-Formel und unterstützt Sie und Ihr Team effektiver mit Belastungen umzugehen, um leistungsfähiger, gelassener und zufriedener im (beruflichen) Alltag zu bestehen und Stress zu reduzieren. Sie ist eine erfolgreiche Methode, dem stetig steigenden Arbeitsdruck sowie der digitalen Informationsflut und den wachsenden Digitalisierungsanforderungen entgegenzuwirken. So beugen Sie und Ihr Team nachhaltig Burnout und psychischen Erkrankungen vor.

Neben der gesundheitlichen Förderung und dem Erlernen nachhaltiger Stressmanagement-Techniken entwickelt das Praktizieren des GOYA Programms nachweislich auch eine erhöhte emotionale Intelligenz und ermöglicht damit erfolgreichere Interaktionen mit anderen Menschen. Zahlreiche Studien belegen, dass die angewendeten Methoden die Konzentrationsfähigkeit verbessern und die persönliche Entscheidungskompetenz erhöhen.

Mit GOYA erzielen Sie mehr Wohlbefinden für Körper und Seele.



Warum GOYA?

Balance für Körper, Geist und Seele

Die Diskussion zu Achtsamkeit, Meditation, Entschleunigung, Burnout und Stressprävention ist aktuell in zahlreichen Medien zu finden. Zahlreiche fundierte wissenschaftliche Studien haben dazu beigetragen, dass immer mehr Unternehmen und Organisationen geeignete Achtsamkeitsprogramme in der Personalentwicklung nutzen oder sogar einen Kulturwandel hin zu einer achtsamen Unternehmenskultur gestalten.

Unsere ständig steigende Informationsflut, höheres Arbeitstempo, die Digitalisierungsanforderungen und der Zwang zum Multitasking, stetige Veränderung und der wachsende innere Druck in der modernen Arbeitswelt führen zu einer kontinuierlichen Überlastung und zu psychischen sowie körperlichen Stresssymptomen.

Der betriebswirtschaftliche Nutzen der GOYA Prävention-Programme lässt sich daher leicht beziffern. Jedes Unternehmen muss ein eigenes Interesse daran haben, gehäuften Depressionen und Burn-out-Erkrankungen durch Stress und Überforderung aktiv zu begegnen und diese negativen Auswirkungen zu reduzieren. Durch Ausfallzeiten verlieren beide Seiten, Mitarbeiter und Unternehmen. Firmeninterne Offsites als Präventions-Retreat sind eine gute und geeignete Lösung den Problemen entgegenzuwirken und viele Konzerne und zunehmend auch mittelständische Unternehmen, haben entsprechende Präventionsmaßnahmen für sich entdeckt.



Ihre Unterkunft

Die Finca Can Ferragut

Das luxuriös-ausgestattete Landgut liegt im malerischen Osten Mallorcas nahe der Stadt Porto Cristo. **Die exponierte Lage der großzügigen Villa mit Ihrer 4 Hektar großen privaten Park- und Gartenanlage schafft ein ideales Setting für Ihr Team und gewährt genügend Rückzug für den Einzelnen.** Optional lassen sich hierfür alle 8 Doppelzimmer als Einzelzimmer buchen. Alle Zimmer sind hochwertig und vollständig eingerichtet, verfügen über eigene Bäder und Terrassen.

Die großen Gemeinschaftsräume sowie die überdachte Haupt-Terrasse eignen sich mit Ihren langen Tafeln ideal zum Abhalten von Besprechungen oder für das gemeinsame Essen. Das Grundstück verfügt neben einer beheizbaren Poolanlage, über einen Duftgarten, verschiedene ruhige Yoga- und Mediationsplätze, einen erstklassigen Meerblick und bietet weitere Annehmlichkeiten zur freien Nutzung (z.B. Golf-Putting-Platz, etc.).

Stärken Sie das Wir-Gefühl Ihres Teams fernab des Alltags.

Das Angebot

Wählen Sie aus einem unserer Pakete

4 Tage – Business Retreat

Minimum 8 Personen

- Check In: Montag 10 Uhr
- Check Out: Donnerstag 16 Uhr
- 3 Übernachtungen in einer 5- Sterne-Finca
- Vollpension
- 2x täglich GOYA-Geistige Entfaltung
- 2x täglich GOYA Körperbewusstsein
- 3x Mentaltrainingseinheiten
- 2x GOYA Fokuseinheiten
- 4 Tage GOYA Gesunde Ernährung

1.690 € / Person
im Doppelzimmer

450 € Einzelzimmerzuschlag

7 Tage – Business Retreat

Minimum 8 Personen

- Check In: Samstag 16 Uhr
- Check Out: Samstag 11 Uhr
- 7 Übernachtungen in einer 5- Sterne-Finca
- Vollpension
- 2x täglich GOYA-Geistige Entfaltung
- 2x täglich GOYA Körperbewusstsein
- 6x Mentaltrainingseinheiten
- 2x GOYA Fokuseinheiten
- 7 Tage GOYA Gesunde Ernährung

1.550 € / Person
im Doppelzimmer

350 € Einzelzimmerzuschlag

Wochenende – Business Retreat

- Check In: Freitag 10 Uhr
- Check Out: Sonntag 16 Uhr
- 2 Übernachtungen in einer 5- Sterne-Finca
- Vollpension
- 2x täglich GOYA-Geistige Entfaltung
- 2x täglich GOYA Körperbewusstsein
- 2x Mentaltrainingseinheiten
- 1x GOYA Fokuseinheiten
- 3 Tage GOYA Gesunde Ernährung

1.110 € / Person
im Doppelzimmer

250 € Einzelzimmerzuschlag



Alles auf einen Blick

Das erwartet Sie

- Ein Retreat-Programm, welches neueste psychologische Forschungserkenntnissen sowie die langjährigen personalzentrierten Erfahrungen von GOYA vereint
- Umfangreiche Betreuung durch das erfahrene GOYA-Team aus Psychologen und Ernährungscoaches
- Unterkunft in einer unserer luxuriös ausgestatteten Premium-Fincas mit Gemeinschaftsräumen und ansprechenden Rückzugsmöglichkeiten
- Hochwertige Vollverpflegung durch Ihren privaten GOYA-Koch
- Individuelle Angebote perfekt auf Ihre Anforderungen abgestimmt



Alles auf einen Blick

So profitieren Sie von GOYA

- Stressresistentere und zufriedener Mitarbeiter und Kollegen
- Stärkung des Vertrauens innerhalb Ihres Teams
- Förderung der kommunikativen Fähigkeiten Ihres Teams
- Stärkung der emotionalen Intelligenz der Teilnehmer
- Stärkung der Entscheidungskompetenz
- Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit
- Stress- und Burnout-Prävention
- Langfristige Reduzierung des Krankenstandes und der Ausfallzeiten
- Besseres Betriebsklima
- Innovationsfreundliche Firmenkultur
- Erhöhung der Rechtssicherheit im Falle eines stressbedingten arbeitsrechtlichen Konflikts durch die Bereitstellung von GOYA-Achtsamkeitsprogrammen und GOYA-Fortbildungen

Mit GOYA YOGA stärken Sie Ihr Unternehmen



GOYA
corporate

Für Ihr Team – für Ihr Unternehmen

Unser Team berät Sie gern bei inhaltlichen oder organisatorischen Fragen.

Mehr Informationen online unter [goya.de](https://www.goya.de)

Anfragen bitte per Mail an booking@goya.de (Betreff: Corporate) oder telefonisch unter (030) 270041 610