Branca lancia un progetto di Yoga Coaching per i dipendenti

branca-72405d35

Fratelli Branca Distillerie, storica azienda milanese del settore beverage, avvia un **programma di Yoga Coaching studiato ad hoc per i suoi dipendenti**. Il progetto è stato fortemente voluto da **Niccolò Branca**, presidente e amministratore delegato dell'azienda, con l'obiettivo di offrire ai propri collaboratori un prezioso strumento per coltivare e sviluppare il proprio livello di auto consapevolezza.

La meditazione, disciplina che Niccolò Branca pratica da 24 anni, è infatti da sempre il filo conduttore della sua vita personale e professionale, come ha raccontato nel libro "**Per fare un manager ci vuole un fiore. Come la meditazione ha cambiato me e l'azienda**", edito da Mondadori.

Per Branca, l'applicazione dei principi olistici all'organizzazione dell'impresa è diventato un vero e proprio modello organizzativo in cui l'azienda è concepita come una "rete", un organismo vivente basato sul concetto di consapevolezza: nella produzione, nel rispetto dell'ambiente, delle persone, delle risorse, del profitto che genera prosperità collettiva. "**Armonia e consapevolezza in azienda possono essere facilitati e potenziati**. Per questo motivo ho ritenuto importante offrire a tutti i dipendenti della Fratelli Branca Distillerie l'opportunità di partecipare a un programma annuale di training basato su strumenti di Yoga Coaching. Il fine ultimo è quello di supportarli nella gestione quotidiana delle sfide legate al proprio ruolo professionale e alla vita privata".

Branca illustrerà il progetto e la sua visione dell'azienda nell'ambito del convegno "**Il benessere dell'anima**", in programma dal 13 al 15 maggio a Rimini. Durante il suo intervento spiegherà perché implementare in azienda l'Economia della Consapevolezza può portare benefici significativi, primo fra tutti un ambiente di lavoro più sano, dove i vari elementi sono in relazione armoniosa tra di loro. "In una società complessa come la nostra la sfida sta proprio nel riuscire ad applicare la consapevolezza, sviluppata grazie alla meditazione, per creare un profitto che abbia come suo fondamento e corollario **la felicità e il miglioramento delle condizioni di vita di tutte le persone** coinvolte nel processo produttivo", sostiene Niccolò Branca.

I programmi di Yoga sono stati studiati per Branca da **Alessia Tanzi**, consulente di strategia aziendale e insegnante di Kundalini Yoga, in modo da permettere ai partecipanti di ottenere benefici rapidi integrando un approccio di Yoga Coaching di gruppo alla pratica individuale, a casa o in ufficio. Sono pensati per uomini e donne d'azienda, vengono trasmessi attraverso un linguaggio a loro familiare e permettono di raggiungere i risultati in poco tempo: **5-10 minuti al giorno sono sufficienti**. La disciplina del Kundalini Yoga si presta particolarmente alla pratica nel contesto lavorativo, poiché si differenzia dai tipi più diffusi di Yoga per la velocità della sua efficacia e perché è stato originariamente concepito per chi ha una vita piena di responsabilità e di sfide. Gli esercizi comprendono specifiche combinazioni di respiro, posture e movimenti, mantra e focalizzazione visiva o mentale e portano a forti benefici per lo stress management, l'aumento dell'energia, la motivazione e la realizzazione.