



ACCESS *Bars*<sup>®</sup>

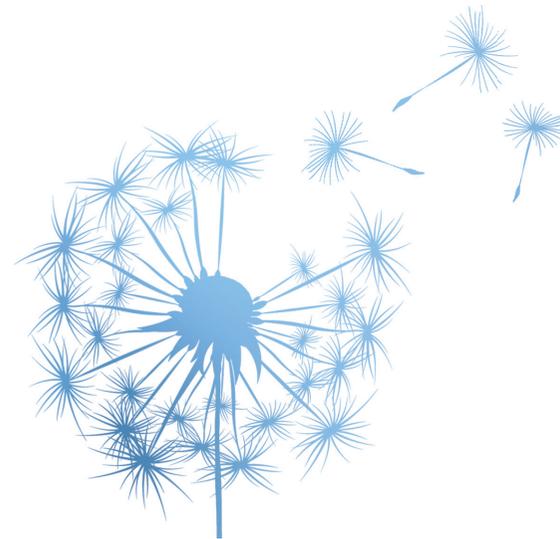
IM BUSINESS

[BARSINBUSINESS.COM](http://BARSINBUSINESS.COM)

EIN NEUES  
PRÄVENTIONS-  
PROGRAMM FÜR  
STRESSABBAU

UND ZUR  
VORBEUGUNG  
VON BURNOUT

*Was, wenn es  
keine Probleme  
gäbe, sondern nur  
Möglichkeiten?*





*Was wäre, wenn*



*... die beste Möglichkeit zur  
Vorbereitung auf Veränderung darin  
besteht, **die mentale Gesundheit**  
aller Mitarbeiter zu stärken ?*



# *Gönn deinem Gehirn eine Pause!*

Die meisten Menschen halten ihr Gehirn für wertvoll und halten es für schlecht, nicht zu denken oder eine Pause einzulegen.

**Was, wenn sich genau dann die Inspirationen zeigen?**

**Wenn du entspannt bist, kannst du auf neue Ideen zugreifen.**

Überrasche dich selbst mit deiner Kreativität und werde dabei auch noch glücklicher!



## *Was sind die Access Bars®?*

Die Access Bars sind eine ca. 45 bis 60 Minuten dauernde Behandlung mit Berührungen, die das Gehirn und den Körper tiefenentspannen.

Dadurch entsteht ein Zustand tiefer Entspannung, und der Stresslevel sinkt bei gleichzeitigem Anstieg von Leistung, Kreativität und Spontanität.

### **Wie sieht eine Sitzung aus?**

Der Klient liegt auf einer Massageliege oder sitzt auf einem Stuhl mit verstellbarer Rückenlehne, während der Facilitator verschiedene Punkte am Kopf sanft berührt.

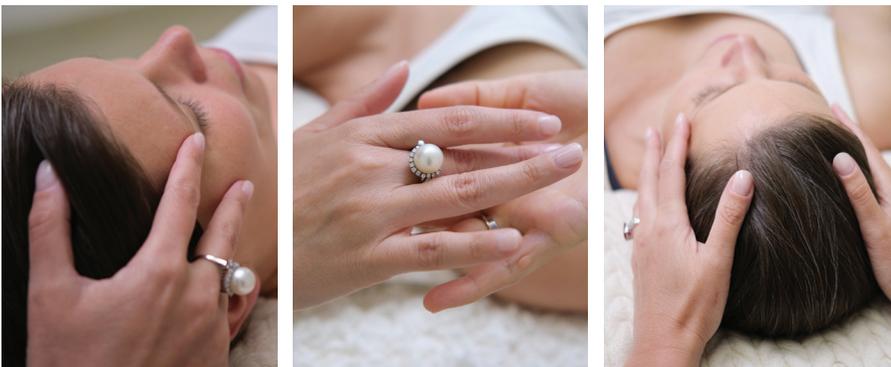
# Wie es funktioniert

Während einer Bars-Sitzung hören die meisten Klienten auf zu denken.

Durch die sanfte Berührung der Bars-Punkte wird eine positive neurologische Reaktion im Empfänger angeregt.

Dadurch wird scheinbar die natürliche Fähigkeit des Körpers angesprochen, sich zu entspannen, und der Weg zu physiologischen Veränderungen für größeres Wohlbefinden wird geebnet.

Tauche in einen Zustand der Tiefenentspannung ein; entspanne dein Gehirn – entspanne deinen Körper.





## *Worin besteht der Nutzen?*

\*Studien der Neurowissenschaftler Dr. Jeffrey L. Fannin und Dr. Terrie Hope PhD, DNM, aus den Jahren 2015 und 2017

- Erhöhte **MENTALE KLARHEIT** und verminderte Stresslevel
- Gesteigerte **MOTIVATION** und vereinfachte Kommunikation
- Tiefere **ENTSPANNUNG** und positive Auswirkungen auf Migräne und Schlaflosigkeit\*
- Gesteigerte **MENTALE GESUNDHEIT**:
  - Linderung der Symptome von Depression, Panikattacken und Angstzuständen\*
- Erhöhtes intuitives **GEWAHRSEIN**
- Gesteigerte Fähigkeit zur **PROBLEMLÖSUNG** und Konfliktlösung

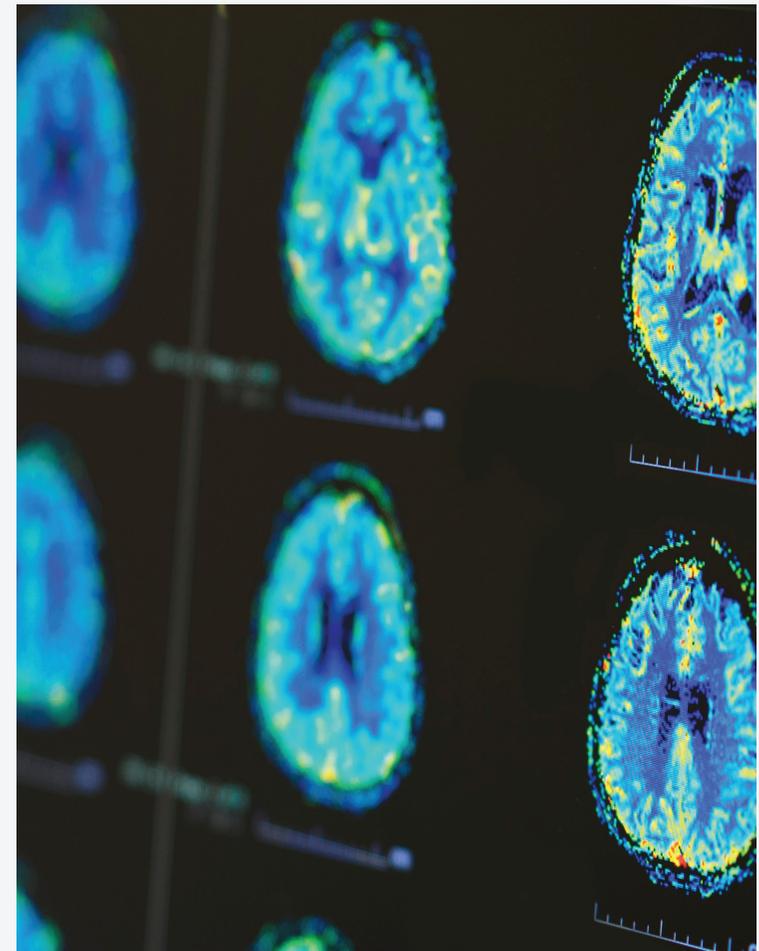
# WAS SAGT DIE WISSENSCHAFT?

Stress, Angstzustände und Depressionen beeinträchtigen das gesellschaftliche Leben sowie die berufliche und akademische Leistung.

In qEEG (quantitativen Elektroenzephalogrammen) zeigen sich diese als Fehlregulierung der Gehirnaktivität. In diesen Aufnahmen sind Störungen – blau für zu geringe und rot für zu hohe Aktivität – vor einer Access Bars-Sitzung erkennbar.

Nach einer 60- bis 90-minütigen Access Bars-Sitzung gehen diese Werte auf ein normales Niveau zurück.

© Dr. Terrie Hope



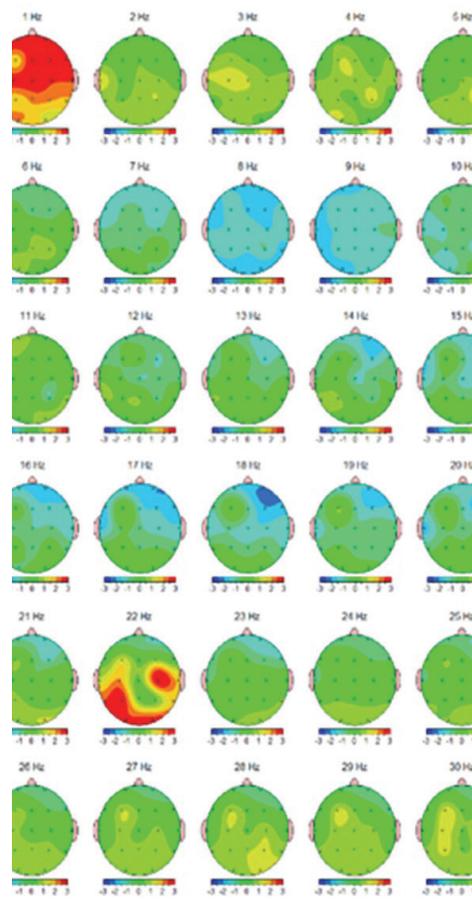
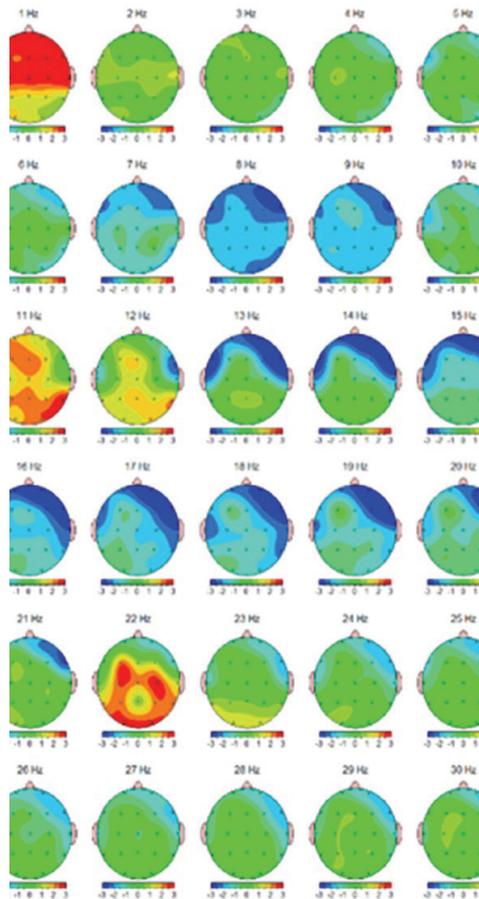
# DAS GEHIRN VOR UND NACH DEN BARS

qEEG Z-Wert

*vor den Access Bars*

*nach den Access Bars*

*Skala*



FEHLREGULIERUNG

NORMAL



-3 SD bis +3 SD

Wir erkennen eine Fehlregulierung der Gehirntätigkeit, sowohl zu gering (blau) als auch zu hoch (rot).

© Dr. Terrie Hope

//001

## **BEHANDLUNGEN ZUM STRESSABBAU – ACCESS BARS**

Für Menschen, die ihrem Gehirn eine Pause gönnen, ihre Akkus wieder aufladen und neue Klarheit gewinnen möchten.

//002

## **ZEIT- UND STRESSMANAGEMENT- WORKSHOPS**

Hilft Ihren Mitarbeitern, mit schwierigen und stressigen Situationen klarzukommen, die zu Hause, am Arbeitsplatz oder auf der ganzen Welt auftreten können.

# WELCHE **ERGEBNISSE** KÖNNEN UNSERE PROGRAMME UND KURSE ERZIELEN?

 Gesteigerte Produktivität und Rentabilität

 Weniger Ausfall durch kurz- oder langfristige Erkrankungen

 Ermächtigung der Mitarbeiter und konstruktive Atmosphäre am Arbeitsplatz

 Erhöhte Belastungsfähigkeit und mentale Klarheit



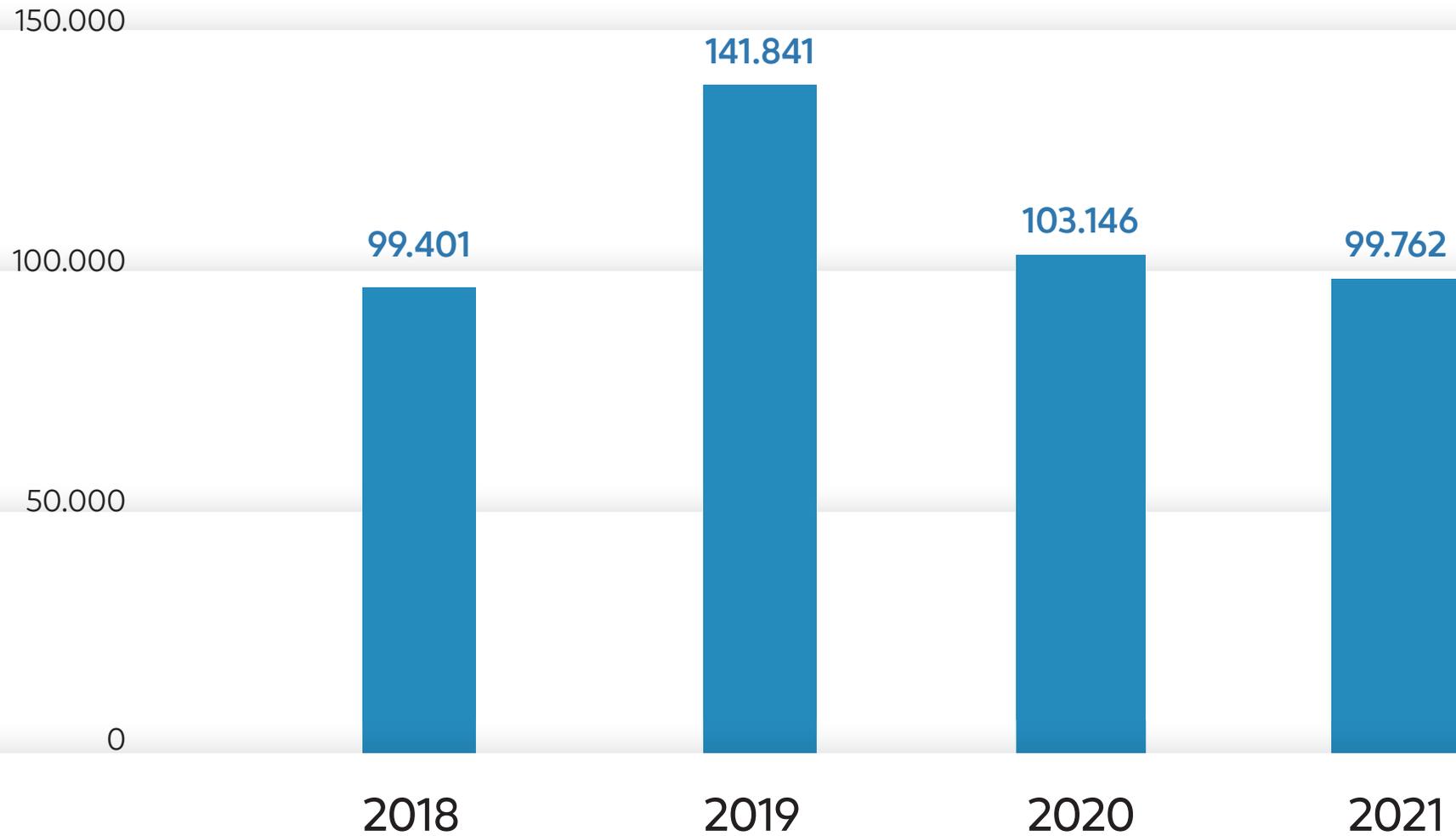


## *Wo gibt es die Access Bars?*

Die Access Bars werden in über  
170 Ländern weltweit von über  
500.000 Anwendern praktiziert.

Aktuell werden sie in Unternehmen, Schulen  
und sogar Gefängnissen auf der ganzen Welt  
angeboten, um Stress und Unsicherheit zu  
lindern und trotz der Ereignisse auf der Welt  
optimistisch zu bleiben.

# TEILNEHMER IN BARS-KURSEN





# *Weltweites Unternehmen*

Mit über **600 Mitarbeitern** aus der ganzen Welt!

Ein 42-köpfiges Kundendienst-Team bedient **14 Sprachen**.



**EUROPA**  
einschließlich der Türkei und  
Russland



**AFRIKA**



**ASIEN**



**SÜD- UND MITTELAMERIKA**



**AUSTRALIEN/  
NEUSEELAND**



**USA UND KANADA**



**NAHER OSTEN**



# *Bars-Facilitatoren weltweit*

 **8.800**

Das ist eine 3-prozentige Steigerung  
im Vergleich zu Anfang 2021.

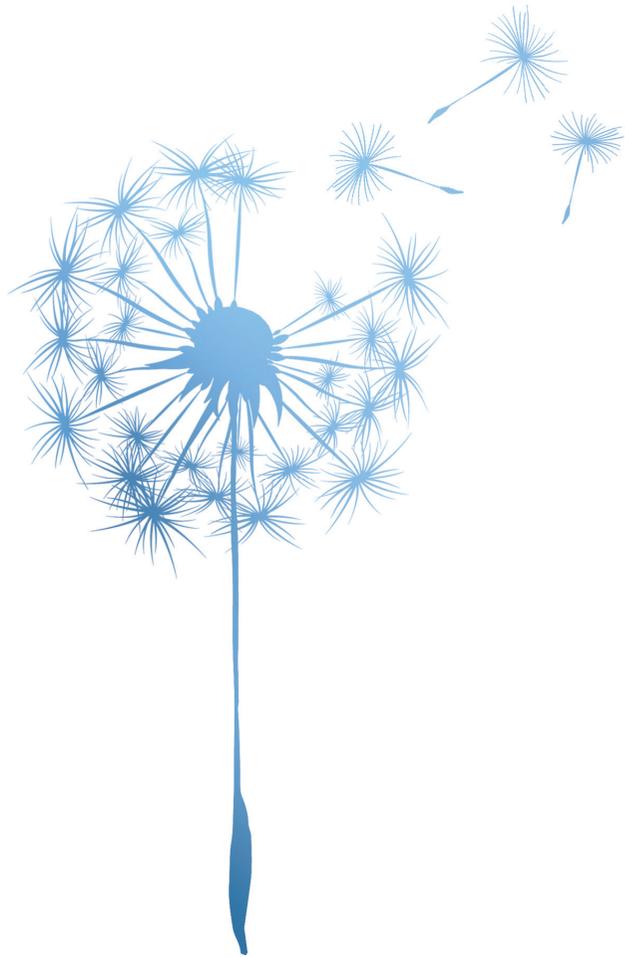


***UNSERE KURSE UND  
PROGRAMME***



*Es gibt bei uns kein  
Standardprogramm.*

*Wir bieten **maßgeschneiderte  
Programme** je nach spezifischer  
Situation im Unternehmen an.*



VIELEN DANK

[WWW.BARSINBUSINESS.COM](http://WWW.BARSINBUSINESS.COM)