



## BusinessNap® – Über den Wert eines kurzen Nickerchens...

Nur mal kurz die Augen zu – das ist das, was Millionen von Menschen täglich denken. Manche machen es, nur für wenige Minuten und sind danach wie ausgewechselt. Wach, frisch, voller Energie, Kreativität und Regeneration. Andere werden unsanft vom Sitznachbarn in der Konferenz oder im Meeting angestupst – „Du kannst Du jetzt nicht schlafen – hol Dir nen Kaffee!“ Dabei gibt es nicht besseres, als ein kurzes Nickerchen, wenn die Aufmerksamkeit nachlässt.

Das wussten viele berühmte Menschen, u.a. John F. Kennedy, der immer in den Pausen zwischen Besprechungen sich für ein kleines Nickerchen zurückzog. Im Schlaf kamen ihm die perfekten Lösungen.

Weitere bekennende Mittagsschläfer sind: Albert Einstein, J.D. Salinger, Karl der Große, Salvador Dali, Leonardo da Vinci, Johannes Brahms, Konrad Adenauer, Winston Churchill, Thomas Mann, Johann Wolfgang von Goethe, Isaak Newton, Benjamin Franklin, Leo Tolstoi, Hans Dietrich Genscher, Margret Thatcher, Helmut Kohl und Bill Clinton.

Auch die Formel1 Ikone Michael Schumacher kann das, worum ihn viele beneiden – ein kurzes Schläfchen, egal wann und wo. Ein paar Minuten reichen aus, um die Akkus wieder voll aufzuladen.

Wenn man das auch können möchte, dann hilft entweder Monate, oft Jahre lange Übung. Für alle andere ist BusinessNap entwickelt worden – das Nickerchen auf Knopfdruck. Und wenn man ohnehin etwas für sich tut, dann kann man auch gleich an Themen wie Stressreduktion, Aufschieberitis, etc. arbeiten – sozusagen „im Schlaf“.

Für weitere Informationen und Interviewanfragen wenden Sie sich bitte an: **service@businessnap.de**

Stand: 20.9.2009

BusinessNap ist eine Marke der  
[mauritz & grewe] GmbH & Co. KG  
AG Göttingen –HRA 200 036

persönlich haftend:  
[mauritz & grewe] Beteiligungs-GmbH  
AG Göttingen –HRB 43 59

Geschäftsführende Gesellschafter:  
Sebastian Mauritz, Florian Grewe

Am Leinekanal 4  
37073 Göttingen

Postfach 30 13  
37020 Göttingen

Telefon (0551) 5 042 818  
Telefax (0551) 5 042 819

E-Mail: info@mauritz-grewe.de  
Internet: www.mauritz-grewe.de

Steuernummer: 20/201/55308  
USt.-ID-Nr.: DE 250 844 713

Bankverbindung:  
Volksbank Göttingen eG  
BLZ 260 900 50 – Konto-Nr.: 137137100

Sparkasse Göttingen  
BLZ 260 500 01 – Konto-Nr.: 143487