

Fra stress til trivsel

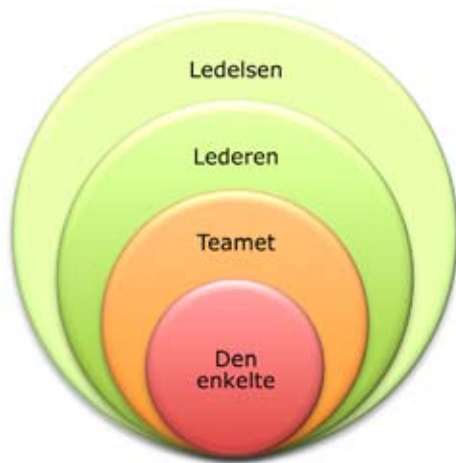
Hvordan tager du ansvar for trivslen i din virksomhed?

Hver fjerde dansker føler sig i perioder stresset (Gallup). Statistikker siger også, at enkle midler kan reducere risikoen for at udvikle stress.

Gå-hjem-mødet **Fra stress til trivsel** sikrer, at alle i virksomheden får en fælles forståelse for vigtigheden af trivsel. I får indblik i, hvordan den enkelte kan tage ansvar og handle, når en medarbejder eller kollega viser de første tegn på mistrivsel.

Deltagere

Gå-hjem-mødet er for hele virksomheden eller en enkelt afdeling.



Indhold

Vi tager udgangspunkt i, hvordan ansvaret for trivsel fordeles optimalt.

Vi kommer ind på symptomer, signaler og adfærd, der er tegn på stress hos den enkelte og i organisationen.

Via teorier, værktøjer og dialog arbejder vi dynamisk med emnet, så alle er inddraget.

I vil få mulighed for at se nærmere på myter og fordomme i forhold til stress og relatere det til jeres virksomhed.

Praktiske oplysninger

Udgangspunktet er et forløb på 2 timer afholdt sidst på eftermiddagen. Mulighederne er mange, og vi kan tilrette tid og indhold i forhold til jeres behov.

For flere informationer og tilbud

Henriette | 61868611 | hh@coachingzonen.com | www.coachingzonen.com

Stine | 60716705 | stine@abell.dk | www.abell.dk

Maiken | 20992002 | maiken@kestner.dk | www.kestner.dk

Undervisere



Henriette Høeg

Certificeret HR Coach, Stresscoach og Udviklingskonsulent. Har beskæftiget sig med salg, personaleledelse og -udvikling. Har flere års erfaring med coaching på leder- og medarbejderniveau.



Stine Abell

Certificeret HR Coach, Udviklingskonsulent og NLP træner. Er desuden uddannet filmproducer og deler sin tid mellem filmbranchen og Abell Coaching. Begge steder med coaching, udvikling og HR-relaterede opgaver.



Maiken Kestner

Certificeret Stresscoach, NLP træner & Udviklingskonsulent. Har tidligere beskæftiget sig med ledelse og salg inden for B2B & B2Detail. Udfører idag udviklingsopgaver og coaching i forskellige virksomheder.