



Invitation til et inspirerende eftermiddagsseminar

Vi har været i gang i ét år nu. Hør hvordan det gik de 130 kampsoldater, som fik mental robusthedstræning inden de tog til Afghanistan, og hvordan mental robusthedstræning gør ledere bedre i stand til at navigere under organisatoriske forandringer. Mød Hans Henrik Knoop, President, European Network for Positive Psychology, Niels Viggo Hansen, leder af Center for Forskning i Eksistens og Samfund - og få den nyeste version af vores App.

Målgruppe

Alle der hungrer efter ny viden og nye metoder indenfor HR, udvikling af medarbejdere og organisationer, håndtering af forandringer og arbejdsmiljø.

Program

1. Grib dagen, uanset hvad! v/Hans Henrik Knoop, cand.pæd.psych.

Depression, stress, finanskriser, fyringsrunder og naturkatastrofer. Det er altid de dårlige nyheder, vi fokuserer på. Men hvad med at tage en mental slapper fra dårligdommene og få et helt nyt og positivt syn på tilværelsen?

2. East meets west v/Niels Viggo Hansen, Filosof, Ph.d.

Hvorfor er meditation blevet så populært? Hør hvordan meditative praksisser er vokset frem som både behandlingsform, et forskningsområde, en kulturfaktor – og nu måske også et management-instrument

3. I kan også! v/Eva Hertz, Psykolog, Ph.d.

Det er stor efterspørgsel på mental robusthedstræning, og der er brug for flere, der kan undervise. Derfor udbyder vi nu en Train-the-Trainer uddannelse, som gør dig i stand til at undervise andre i vores træningskoncept. Hør mere om indhold og opbygning af træner-uddannelsen

4. Middag og networking

Arrangementet slutter med en let middag i Digterkroen, Admiral Gjedde Gård

Tid og sted:

Torsdag den 23. januar 2014 kl. 16.00 – 20.00, Admiral Gjedde Gård, St. Kannikestræde 10A, København K

Tilmelding:

Send en mail til seminar@mentalrobusthed.dk. Prisen er 450 kr. inklusiv foredrag og middag. Beløbet bedes indbetalt i Sydbank, reg.nr. 6748, kontonummer 1103397 senest 15. januar 2014.

Læs mere om Center for Mental Robusthed på www.mentalrobusthed.dk

