

SoSimple & Bo Heimann inviterer til gratis eftermiddagsarrangement om:

Mindfulness

som kulturel forandringsagent i organisationer

Mindfulness er ikke kun teknikker til afstresning. Det er også et sæt værdier, attituder og handlingsmønstre. Det er en måde at være i livet på som leder, medarbejder og som menneske. Mindfulness kultiverer vores emotionelle og sociale intelligens, der er grundlaget for både trivsel, effektivitet og succesfulde forandringsprocesser.

På dette gå-hjem-møde vil du få:

- En forståelse for, hvorfor hverdagens udfordringer i organisationen ikke kan løses med gammel tænkning og sædvanlige værktøjer
- Hvordan du kan arbejde med Mindfulness som en kulturel forandringsagent
- Hvilken afgørende effektiv mindfulness har på effektivitet, arbejdsglæde og samlede resultater i din virksomhed.

Vi arbejder med at flytte fokus og ændre vanens kraft og autopiloten, der ofte forhindrer os i at være fuld tilstede i livet.

Program for dagen

- **Kl. 16:00 Velkomst v. Rikke Berg, Erhvervscoach og Indehaver af SoSimple**
- **Kl. 16:30 Indlæg omkring mindfulness i organisationer v. Bo Heimann, M. A. Ledelses- & Organisationspsykologi**
- **Kl. 17:00 Involverende afrunding v. Rikke Berg**
- **Networking over tapas**

SoSimple giver et godt tilbud, og booker gerne et møde med dig!

Arrangementet finder sted tirsdag
d. 10/03-2015 fra kl. 16:00 til 18:00 på La
Oficina, Suomisvej 4, 1927 Frederiksberg C
(2 timers gratis parkering)

Tilmeld dig via:
SoSimple.dk/events/mindfulness
På mail: kontakt@SoSimple.dk



Rikke har en kombineret psykologisk baggrund og har i over 15 år arbejdet med følelsesmæssig intelligens indenfor lederudvikling.



Bo har siden 2004 været selvstændig konsulent med udvikling af mennesker, teams og organisationer. Og han har en MA i ledelses- og organisationspsykologi.

Det er gratis at deltage i arrangementet ved tilmelding. Ved udeblivelse fakturerer vi et no-show-fee på 495,- kr. for at sikre, at alle interesserede kan få plads til dette spændende arrangement. Der er en afmeldingsfrist på 48 timer før arrangementets start. Ved færre end 20 tilmeldinger aflyses arrangementet. Dette meddeles direkte pr. mail senest fredag d. 6. marts 2015.