

# ”PEAK YOUR ENERGY DAGEN”

Ge dig och dina medarbetare en “energikick” och du kommer att få så mycket tillbaka. Hur då?

Vi har svaret – Energy Management - den moderna nyckeln till förbättrad personlig produktivitet, för både dig och dina medarbetare.



**PEAK**   
UTBILDNINGAR



**TURNER  
AROUND**

INDIVID OCH ORGANISATIONSUTVECKLING

**PEAK YOUR ENERGY dagen** sätter fokus på din och gruppens energi. Fungerar utmärkt som enskild modul men kan också bli det första steget i ett långsiktigt förändringsarbete för högre engagemang, enskilt eller i grupp. Vi varvar med inspirerande föreläsningar, egen reflektion, diskussion och workshops.

**PEAK YOUR ENERGY dagen fungerar utmärkt som:**

- Kickoff
- Teambuilding
- Första steget i en förändringsprocess

**Som deltagare får du:**

- Grundläggande kunskap från modern forskning inom prestationspsykologi och neurovetenskap.
- Göra din egen personlig energiinventering och samtidigt vaska fram din egen energipotential.
- Ökad kunskap om hur du kan använda nya metoder för att - uppnå gott självledarskap både på arbetet och privat.
- Förståelse för hur ni som arbetsgrupp kan skapa de bästa förutsättningarna för positiva och hållbara resultat.
- Insikt och förståelse om hur du som ledare kan förvalta organisationens energi.

**Välkommen att kontakta oss för att boka er energidag!**

Kontaktuppgift: [Gunilla@turneraround.se](mailto:Gunilla@turneraround.se)

I samarbete med: **ni\*ana**  
Your Wellness Supplier