



Foton: Annika Falkuggla

FEELING GOOD

En inspirationsföreläsning där vi utforskar vad vi människor behöver för att må bra. Passar utmärkt för t ex planerings- och utvecklingsdagar, konferenser och mässor.

Med musik, gestaltningar, berättelser, analyser och humor vill vi med denna interaktiva föreläsning sätta fokus på vad vi behöver för att känna glädje och motivation. Något vi ofta tappar bort och glömmer när allt snurrar allt snabbare. Vi vill att man av denna föreläsning ska få en **GLÄDJEKICK** och insikter om steg man kan ta i sitt eget liv för att få in mera glädje.

Längd: 1 timme

"Föreläsningen som helhet är glädjefylld och full av överraskningar. Ilona och Örjan knyter ihop evolutionen med dagens stressade tillvaro och du får några bra råd på vägen. Stresshormonerna sjunker och man får t o m lust att sjunga med."

Anja Stahre, Managing Partner, Adende

"En stund som gav mig och mina medarbetare energi och glädje!"

Yvonne Åhlén, Vårdchef område Gynekologi, Karolinska Universitetssjukhuset, Huddinge/Solna

Medverkande

- Ilona Bengts:** Leg psykolog och dramapedagog med mångårig erfarenhet som konsult i arbetslivet.
- Örjan Gotensjö:** Sångcoach och musikproducent som bl a arbetat med Kultur i Vården och teambuilding med musik.

För information och bokning: **0730 – 80 00 19**

