



2018

TORSDAGEN DEN 25 OKTOBER

ANMÄLAN ÄR ÖPPEN NU!

VÄLKOMMEN TILL EN HELDAGSKONFERENS

HOLISTISK LEDARSKAP FÖR DET MODERNA FÖRETAGET

Sigtunahöjden konferens och spa
I kursen ingår kursmaterial, frukostbuffé, fantastisk lunch, eftermiddagsfika samt tillgång till spa.
Pris per deltagare 7900kr exkl. moms

Kursen pågår från 8.30 - 17.00 Alla deltagare får med sig ett diplom efter genomförd kurs



FORM HOLISTIC LEADERSHIP ACADEMY

Vill du ha mer energi eller vill du känna mer balans i livet?

Då är den här heldagen för dig. Du får med dig

- Redskap för att bli en bättre ledare
- De senaste rönen kring våra tankar, känslor och beteenden
- Redskap för hur du på bästa sätt skapar balans i livet
- Svaren på vad det är som skapar mer energi och engagemang i livet
- Hur du effektivast reducerar stress
- Arbetsglädje, inspiration och motivation för en stark kropp & knopp



WWW.FORMHOLISTICLEADERSHIP.COM

KONTAKT: NIKOLA.TRAMONTANA@ME.COM
TELEFON: 0737609479

Har du svårt svårt att få tiden att gå ihop? Den ständiga dragkampen mellan privatliv och arbetsliv gör sig dagligen påmind genom ett dåligt samvete...

Kanske är du ägare eller chef på din arbetsplats och vill att dina anställda ska få må bra och att du precis som vi vill påverka människors välmående?

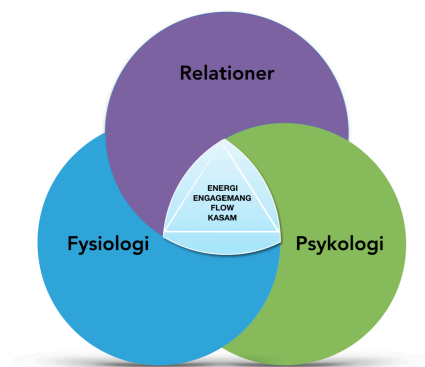
Kanske är du anställd och känner att det är viktigt med en välmående arbetsplats.

Just nu är det viktigare än någonsin att förebygga psykisk, fysisk och social ohälsa. Det vill vi hjälpa er med genom vår utbildning i det holistiska ledarskapet.

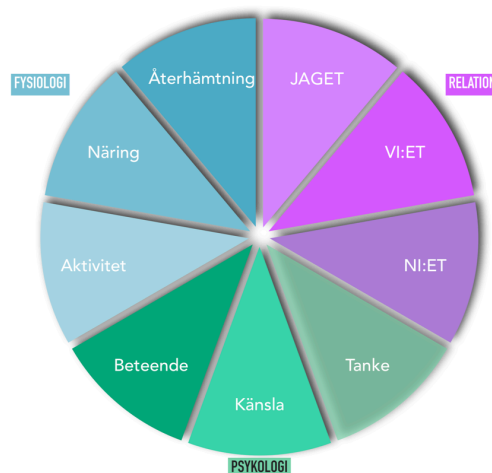
Det holistiska ledarskapet är för dig som vill ha effektiva verktyg för att hitta balansen mellan arbete och privatliv samt nycklarna till hur du får mer energi och glädje i livet.

Det Holistiska ledarskapet handlar om att finna var och ens makalösa potential - att leva livet till 100% i kropp, tanke och själ.

Vad är egentligen energi och hur hanterar du den på bästa sätt? En ledtråd är förstå sambandet mellan vår fysiologi, psykologi och våra relationer till oss själva, till andra och till varandra. Det finns nycklar till hur vi frigör denna potential som vi alla bär inom oss och via det Holistiska ledarskapet får du reda på hur du på effektivast sätt frigör denna makalösa potential.



Det Holistiska ledarskapet står på tre ben; Fysiologiska strategier, relationsstrategier och psykologiska strategier. Var och en av dessa ben har tre underkategorier (se det Holistiska livshjulet nedan) och det är dessa som utgör navet i modellen. Om någon av dessa delar haltar så påverkar det ALLA de andra delarna. Målet är att nå en större känsla av sammanhang KASAM och en känsla av FLOW i livet. Balans helt enkelt!



Holism (av grekiska holos, "hel", "odelad") är i allmän bemärkelse ett filosofiskt betraktelsesätt att helheten är större än summan av delarna och att ingenting kan beskrivas enskilt utan kontext.

FORM Holistic Leadership är skapat av Anna och Nikola Tramontana som ett starkt komplement till den traditionella synen på ledarskap och coaching. Vi vill föra ledarskapet från huvudets intellektuella teorier och strategier ner i kroppen. Det gör vi genom vår spetskompetens inom humanmedicin, fysiologi, psykologi och coaching. Vår bas är lika bred som den är djup inom dessa områden.

Under de snart två decennier som vi jobbat med personliga och organisatoriska förändringsprocesser både i våra egna företag och med de klienter som anlitat oss genom åren, så har vi uppmärksammat olika mönster som kommer igen.

Uppdrag som vi jobbar med är allt från ledningsgrupper i förändringsprocesser till utbrända och energilösa företagsledare som inte hittar balansen mellan jobb och privatliv samt högpresterande team som behöver hitta optimala sätt att hantera sin energi.

Vi tror att för att kunna vara en drivkraft, motiverande och en engagerande ledare i ett modernt företag så måste det finnas energi tillgänglig. Utan denna energi så hjälper det inte hur mycket vi vet att vi ska göra om vi ändå inte orkar göra det vi vet. Det ska vara kul på vägen.

Om kursgivarna

Anna Persdotter Tramontana

Leg. Naprapat, KBT-terapeut, Professionell Coach, NLP coach, Avancerad Holistisk tränare

Har under åren som gått jobbat som tidningsbud, diskare, servitris, dekoratör, säljare, butikschef, testare, inspiratör, instruktör, lärare, terapeut, utbildare, undervisare, reseledare, massör, personlig tränare, chef, restaurangägare, gymägare, skribent, vd.

Med andra ord väldigt många olika saker och detta märks när Anna föreläser då hon genom sin erfarenhet och kunskap tar med åhörarna på en resa genom livet som inspirerar och berör på en unikt sätt.

Har en bakgrund inom elitidrott, som simmare. Efter det blev det triathlon med exempelvis två fulldistans IRONMAN lopp för att få utlopp för all energi, samt karate för att det varit en dröm. Utöver detta så har Anna instruerat i Step, aerobic, muskel, spinnin, yoga, mm, mm.

BRINNER FÖR

Annas hjärta ligger i att få människor att må bättre i sig själva. Att få människor att växa och gå vidare i resan livet. Att gilla sig själva mer, för då kan man gilla sin omvärld mer. Att acceptera tillvaron för att få frid, samtidigt som man kan hitta bästa möjliga strategier och planer för att växa vidare, nå sina mål och sträva mot sina drömmar.

Nikola Tramontana

ICF Professionell Certifierad Coach (PCC), Förändringsledare, NLP coach, Leg. Naprapat, Hälsoriddare, Avancerad Holistisk Tränare

Mina föreläsningar är alltid inspirerande samtidigt som de är faktsäckade då jag tror på att vi växer i takt med att vi förstår något bättre. Min bakgrund som Legitimerad Naprapat och Personligt tränare utgör en stabil grund för att kunna förmedla budskapet om helhetshälsa. Det i kombination med mitt yrke som Professionell Coach (PCC), förändringsledare och egenföretagare sedan 20 år med över 30 anställda skapar trovärdighet i det jag har att förmedla.

På ett pedagogiskt, lättillgängligt sätt vill jag förmedla mitt budskap och jag ser gärna till att förenkla det svårbegripliga än att försvåra det lätta. Jag kombinerar också gärna ren teori med praktiska övningar för att fördjupa lärandet.

Något som andra har sagt om mig som föreläsare är att jag har en behaglig röst och att jag förmedlar mitt budskap på ett trovärdigt och professionellt sätt.

Utöver mina yrkestitlar så lever jag för träning och hälsa, på fritiden tränar jag gärna karate, triathlon, yoga och styrketräning. Jag älskar att laga mat och är en riktigt matnörd.