

Föreläsningar med kraft och inspiration!

Ta ert team till nästa nivå med en inspirerande föreläsning/workshop som erbjuder mer än bara underhållning. Våra föreläsningar/workshops ger en mix av inspiration och många skratt och mycket igenkänning tillsammans med praktiska metoder, reflekterande pauser och interaktiva övningar allt för att ge bestående nytta i er dagliga verksamhet.

Våra skräddarsydda föreläsningar/workshops, från 1 till 3 timmar, tillför den idealiska kryddan till ert team. De förvandlar varje tillfälle till en extra energiboost för er grupp. Utifrån era unika behov, skapar vi ett innehåll som är starkt engagerande, ger kraft mot era önskade resultat och blir en källa till förnyad energi!

De flesta föreläsningarna/workshops kan utföras på engelska och digitalt.

Effektivitet & Stressfri

FÖRELÄSNING 1,5 – 3 H

AVENTI

”Från Slitvarg till Stressfri!”

En föreläsning för dig som chef, ledare och medarbetare kring att sluta springa snabbare, minska stressen och jobba smartare!

- *Sluta hoppa mellan uppgifter – tämj din hjärna!*
- *Att bygga kapacitet utan att springa snabbare*
- *Avlasta arbetsminnet – du är inte så smart som du tror*
- *Hur prioritera rätt när allt känns lika viktigt*
- *Bli nöjd och undvika gapet av ständigt missnöje*

Bra att veta! Föreläsningen kan anpassas till 1,5 - 3,0 tim utifrån era önskemål. Innehållet som presenteras här är anpassat till 3.0 tim.



”Genuint välmående i en hektisk vardag!”

En föreläsning för dig som ska få vardagspusslet att gå ihop. Gå till jobbet med ett leende, ät en god lunch och kom hem utvilad!

- *Hur ter det sig – när tiden inte räcker till?*
- *Varför går energi spiralen neråt?*
- *Inte jobba mer – öka din kapacitet!*
- *Mer proaktiv – mindre reaktiv*
- *Vilken cocktail behöver du blanda i ditt system –för att må genuint bra?*

Bra att veta! Föreläsningen kan anpassas till 1,5 - 3,0 tim utifrån era önskemål. Innehållet som presenteras här är anpassat till 3.0 tim.



”Sänk toleransnivån!”

70% av våra möten är bortkastad tid. Det kostar både tid, pengar samt frustration! Här är nycklarna för att komma ut ur mötesträsket!

- *Därför ger så många möten så lite!*
- *Frigör potentialen med givande möten!*
- *Ska vi tolerera bortkastad tid eller jobba med rätt saker?*
- *Så kan du krydda dina möten så att alla jublar när de får din mötesinbjudan!*
- *Att våga sticka ut hakan och bli mer effektiv*

Bra att veta! Föreläsningen kan anpassas till 1,5 - 3,0 tim utifrån era önskemål. Innehållet som presenteras här är anpassat till 3.0 tim.

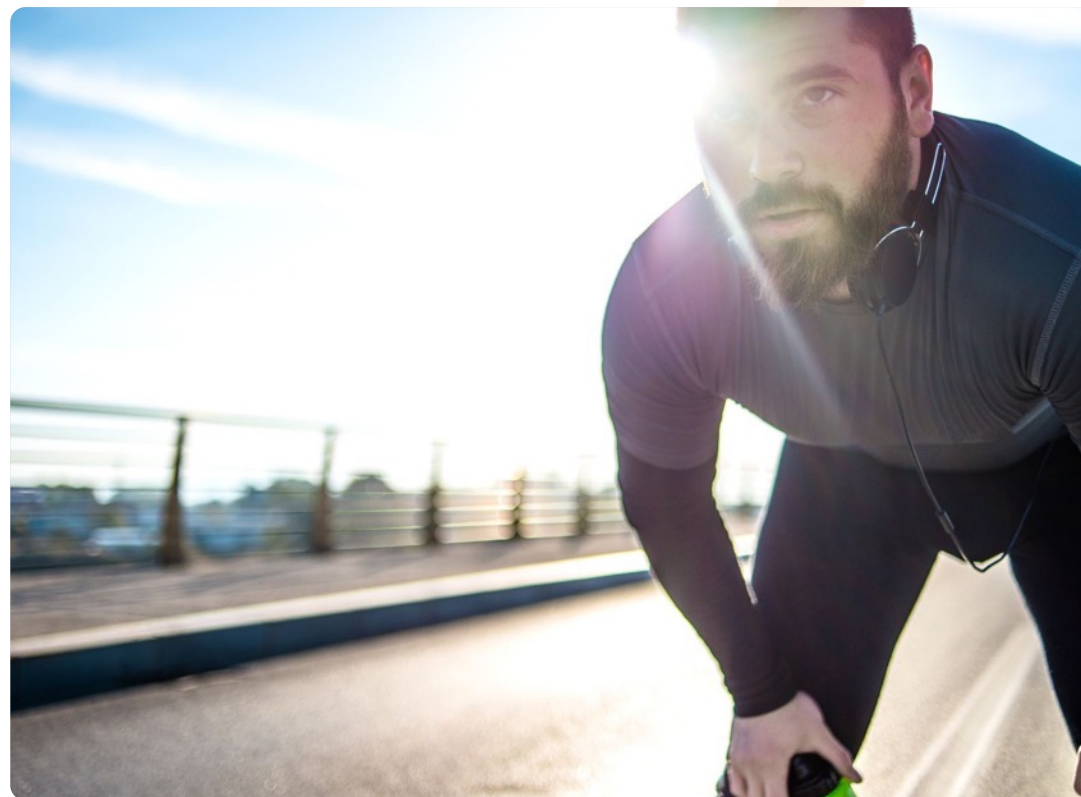


”Återhämtning – din Airbag mot Stress!”

En föreläsning om hur du kan skapa din egen airbag mot stress - utan att göra det så komplicerat.

- *Vad är stress? Varför är vi så stressade? Vad skapar känslan av stress?*
- *Vad är egentligen återhämtning? Varför?*
- *Balansera energikällor & energitjuvar - resursspaning*
- *Resiliens & Tallriksmodellen för hjärnan*
- *Skapa din egen airbag – vad behöver den innehålla?*

Bra att veta! Föreläsningen kan anpassas till 1,5 - 3,0 tim utifrån era önskemål. Innehållet som presenteras här är anpassat till 3.0 tim.



Effektiv utveckling

FÖRELÄSNING 1,5 - 3 H

AVENTI

”Emotionell Intelligensen för innovation & utveckling!”

En föreläsning för alla oss som är nyfikna på hur våra egna beteenden som ledare och medarbetare kan skapa framgång eller fall?

- *Vad är Emotionell Intelligens och varför är den viktigare än IQ?*
- *Vilka förmågor skattas idag som viktigast enligt forskningen?*
- *Hur skapar jag en psykologiskt trygg organisation för framgång?*
- *Hur blir kommunikation & feedback affärskritiskt?*
- *Hur främjar vi glädje och skapar lustfylld förändring?*

Bra att veta! Föreläsningen kan anpassas till 1,5 - 3,0 tim utifrån era önskemål. Innehållet som presenteras här är anpassat till 3.0 tim.



Effektiv och hållbar förändring

WORKSHOP 1,5 - 3 H

AVENTI

”Stärk din psykologiska flexibilitet!”

”Förändring har aldrig gått så fort som nu, men kommer aldrig att gå så långsamt igen”.

En workshop för alla oss som vill skapa effektfull och hållbar förändring som leder till utveckling av individer, team och organisationer.

- *Psykologisk flexibilitet – vad är det och varför är det viktigt?*
- *Fantasins kraft för innovativ & hållbar förändring!*
- *Hur stärker vi resiliens som förmåga i våra team?*
- *Varför kommunikation & feedback blir affärskritiskt?*
- *Vi lär genom att öva - Interaktiva övningar i bekräftande feedback, aktivt lyssnande och reflektion!*

Bra att veta! Föreläsningen kan anpassas till 1,5 - 3,0 tim utifrån era önskemål. Innehållet som presenteras här är anpassat till 3.0 tim.

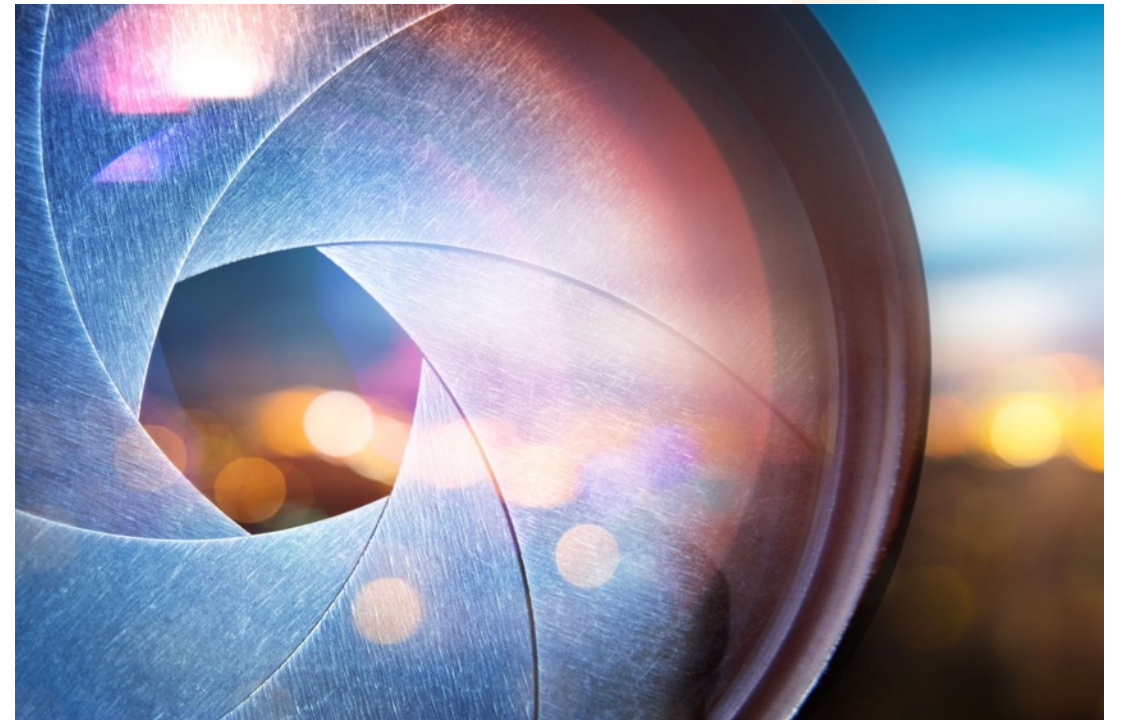


”Reflektion för hållbart ledarskap!”

En workshop för alla oss som vill utveckla vårt ledarskap och självledarskap för att leda oss själva & andra *ändamålsenligt* mot hållbar effektivitet.

- *Vad är strukturerad reflektion?*
- *Hur kommer jag igång?*
- *Varför vi blir bättre när vi reflekterar medvetet?*
- *Hur reflektion främjar innovation, utveckling och lärande?*
- *Vi lär genom att öva - Interaktiva övningar i kortsiktig och långsiktig reflektion*

Bra att veta! Föreläsningen kan anpassas till 1,5 - 3,0 tim utifrån era önskemål. Innehållet som presenteras här är anpassat till 3.0 tim.



Friskvård och kost

FÖRELÄSNING 1 - 3 H

AVENTI

"Effektiv friskvård – hur skapar vi en hållbar och högpresterande medarbetare?"

Det är skillnad på aktiv friskvård och en effektiv sådan!

Hur löser vi gåtan med att få med alla i de satsningar vi gör och på så sätt kan få en return of Investment?

- *Hur blir du välmående både fysiskt och mentalt?
Det finns inga genvägar till utveckling och ett bra samt långsiktigt resultat!*
- *Hur får vi bukt med smärta, spänningar och stress?*
- *Målfokus, den viktigaste framgångsnyckeln!*

Robert Kronberg är fd. häcklöpare med bl.a OS- och VM-finaler, EM-brons samt svenskt rekord på meritlistan. Idag jobbar han med att effektivisera friskvården i sitt företag kronBee. Han är bl.a. utbildad inom beteendevetenskap och specifik rörelseanalys samt träning vid smärta. Robert har stor erfarenhet av friskvårdsarbete där hans framgångsrika koncept har hjälpt många organisationer.

Bra att veta! Föreläsningen kan anpassas till 1,5 – 3,0 h utifrån era önskemål. Innehållet som presenteras här är anpassat till 3 h.



"Ät dig friskare!"

Matens uppgift är att ge oss energi och hålla oss friska, men mycket av det vi stoppar i oss har omvänd effekt i våra kroppar.

Låt oss diskutera hur enkelt det kan vara att äta hälsosammare!

- Man behöver inte alltid äta perfekt!
- Dra ner på rött kött och hitta fördelarna med vegetariskt!
- Ultraprocessad mat, vad är det?
- De stora fördelarna av att äta mer frukt och grönt!
- Hitta mättnad och må bättre med fullkorn och fibrer!

Bra att veta! Föreläsningen kan anpassas till 1 – 1,5 h utifrån era önskemål. Innehållet som presenteras här är anpassat till 3 h.



"Socker!"

Vi i Sverige är världsbäst på att äta socker. Mycket av det socker du äter ligger dolt i maten du äter varje dag.

Välkommen på en fartfylld timma i kostens värld!

- Med rätt kunskap kan man enkelt halvera sitt intag av socker.
- Lär dig hitta rätt i innehållsförteckningen.
- Sötningemedel, bra eller dåligt?
- Torkad frukt och naturgodis - ett bättre alternativ till godis?



Bra att veta! Föreläsningen kan anpassas till 1 – 1,5 h utifrån era önskemål. Innehållet som presenteras här är anpassat till 3 h.

Hållbarhet som konkurrensfördel

FÖRELÄSNING 1 H

AVENTI

”Framtidens affärsmöjlighet – hållbarhet som konkurrensfördel!”

Hur du skapar köpvilja tack vare hållbart företagande.

I dagens snabbrörliga och globala affärsklimat är hållbarhet inte längre en trend, utan en hygienfaktor och en avgörande faktor för att uppnå långsiktig framgång och differentiering, såväl som arbetsgivare som mot sina kunder.

Föreläsningen kommer att beskriva hur hållbart företagande bygger starka varumärken. Vi ger exempel på direkta fördelar med hållbarhetsarbetet och hur man kopplar det till såväl arbetsgivarvarumärket som marknadsvarumärket som en konkurrensfördel och affärsmöjlighet.

Bra att veta! Föreläsning är 1 h.



AVENTI

”Investera rätt med fördjupad kundinsikt!”

I den här föreläsningen går vi igenom hur du kan bli framgångsrik genom att sätta mål och skaffa dig kundinsikt som ger dig en djupare förståelse för attityder och idéer som ligger till grund för dina kunders handlingar och beslutsfattande.

Hur du med hjälp av kundinsikt gör rätt investeringar i varumärkeskommunikation och marknadsföring. När tekniken och digitaliseringen utvecklas i rasande takt så påverkar det dina kunder. Köpbeteenden förändras, prispressen blir större och traditionella försäljningsmetoder fungerar inte längre som de brukade. För att kunna investera marknadsbudgeten rätt behöver du därför ha koll på dina mål och målgrupper. Bristen på kundinsikt leder nästan alltid till dyra och tidskrävande satsningar. Kundinsikt är helt enkelt viktigt för företagets överlevnad och fortsatta framgång. Att utöka din förståelse för din kund och målgrupp är bästa vägen att förbättra dina chanser att lyckas.

Bra att veta! Föreläsning är 1 h.



”Mjuka värden bygger framgångsrika varumärken!”

Så bygger du ett varumärke som lockar och engagerar.

Det kanske låter hårt, men det är inte den enskilda produkten eller tjänsten som du säljer som lockar och engagerar mottagaren mest, det är de mjuka värdena som du laddat ditt varumärke med. Det är alltså varumärket som driver er försäljning, inte det ni säljer. På den punkten är forskningen enig.

Välkommen till denna föreläsning som handlar om varumärkesbygge och hur du gör för att hitta till kärnan – det vill säga det du ska kommunicera för att skapa "rätt" känslor hos mottagaren.

Vi går kort igenom den teoretiska bakgrunden till vad ett varumärke är, för att sedan fokusera på en fördjupning i hur du får kommunikationen att kännas i magen på din målgrupp, och förvandlas från logiska, men ofta torra fakta, till något som lockar och engagerar.

Bra att veta! Föreläsning är 1 h.



Kundbemötande

FÖRELÄSNING 1,5 – 3 H

AVENTI

”Professionellt bemötande i alla situationer!”

En föreläsning för dig som jobbar med service och människor - arbetsglädje och service utöver det vanliga!

- *Få ännu nöjdare kunder/medarbetare*
- *Få verktyg som ger inspiration och kraft*
- *Det där lilla extra - en regel som är magisk!*
- *Att möta kundens förväntningar-hur lyssnar du?*
- *Stressad och ändå proffsig- inga ursäkter!*

Bra att veta! Föreläsningen kan anpassas till 1,5 - 3,0 tim utifrån era önskemål. Innehållet som presenteras här är anpassat till 3.0 tim.



”Vinna en affär eller bygga en relation?”

Har ni kompetensen som krävs för kundupplevelser som omsätts i de nya hårdvalutorna likes och lysande omdömen?

- *Transformativ försäljning – vad är det?*
- *Tillit och trovärdighet i kundkontakten*
- *Kommunikationsintelligens*
- *Fallgropar och tvärnitar i kommunikationen*
- *Drivkrafterna bakom ett ”ja”*

Bra att veta! Föreläsningen kan anpassas till 1,5 - 3,0 tim utifrån era önskemål. Innehållet som presenteras här är anpassat till 3.0 tim.



Personlig utveckling

FÖRELÄSNING 1,5 – 3 H

AVENTI

”Motivation och inspiration för att behålla fokus & fart!”

En föreläsning för dig som chef, ledare och medarbetare kring att få tillgång till energi när motivation och inspiration tryter.

- *Hur tankar du dig själv med energi!*
- *Hur tankar du dina tankar?*
- *Förstå hur vi fungerar – det är inget fel på oss!*
- *Träna huvudet som du tränar kroppen*
- *Skapa starka vanor som ger resultat!*

Bra att veta! Föreläsningen kan anpassas till 1,5 - 3,0 tim utifrån era önskemål. Innehållet som presenteras här är anpassat till 3.0 tim.



”Att ta kommandot och leda sig själv i livet!”

Lär dig hantera olika situationer och låta dig styras av det du innerst inne vill - istället för att bli ett offer för omständigheterna.

- *Att välja sin respons*
- *Dina inre resurser för att styra rätt*
- *Var lägger du din tid och energi?*
- *Känsla av sammanhang – för ett hållbart liv*
- *Din bästa framtid*

Bra att veta! Föreläsningen kan anpassas till 1,5 - 3,0 tim utifrån era önskemål. Innehållet som presenteras här är anpassat till 3.0 tim.



”Hitta din inre styrka – drivkrafter & motivation!”

En föreläsning om engagemang, motivation och drivkrafter utifrån självledarskapet och ledarskapet.

- *Vad är egentligen motivation?*
- *Går det att motivera andra? Hur i så fall?*
- *Kan vi vara ”inte motiverade”?*
- *Från Måste till Vill - hitta startknappen*
- *Våra psykologiska behov – nycklarna till motivation*

Bra att veta! Föreläsningen kan anpassas till 1,5 - 3,0 tim utifrån era önskemål. Innehållet som presenteras här är anpassat till 3.0 tim.



”Tankens Kraft – Allt vi är, är ett resultat av vad vi tänkt!”

En föreläsning om hjärnsmart ledarskap och självledarskap. Hur våra tankar om något, eller oss själva, skapar de resultat vi får.

- *Ser du världen som den är eller som du är?*
- *Användarhandboken för hjärnan – jobba med i st för mot?*
- *Hur har du det med din Autopilot? Gynnar den dig?*
- *Metaperspektiv – varför då?*
- *Det här med föreställningar, värderingar & valda sanningar*

Bra att veta! Föreläsningen kan anpassas till 1,5 - 3,0 tim utifrån era önskemål. Innehållet som presenteras här är anpassat till 3.0 tim.



”Varför blir det som det blir, när jag vill något annat?”

En föreläsning för dig som är nyfiken på det här med beteendeförändring och varför det ibland kan vara utmanande, även om jag vill.

- *Att göra samma, skapar samma resultat*
- *Är vi medvetna om varför vi gör det vi gör?*
- *Förändring – ”What´s in it for me?”*
- *Samla på framgångsbeteenden – kan vi göra det?*
- *Kommunikation – den viktiga grundstenen*

Bra att veta! Föreläsningen kan anpassas till 1,5 - 3,0 tim utifrån era önskemål. Innehållet som presenteras här är anpassat till 3.0 tim.



Teamutveckling

FÖRELÄSNING 1,5 – 3 H

AVENTI

”Perfekt – vi är olika!”

Nycklar för att öka samarbetet och arbetsglädjen genom att förstå dig själv och andra bättre.

- *Våra olika beteendestilar*
- *Vilka beteendemönster har jag?*
- *Effektivare team – olikheter som lyfter oss*
- *Att kommunicera effektivt med knepiga typer*
- *Hur kan vi dra nytta av våra styrkor?*

Bra att veta! Föreläsningen kan anpassas till 1,5 - 3,0 tim utifrån era önskemål. Innehållet som presenteras här är anpassat till 3.0 tim.



”Gnissel, trassel & skav i teamet!”

Kan vi inte bara vara lite glada?! Missnöje och frustration uppstår i de flesta team. Vad beror det på och hur hanterar vi det bättre?

- *Grundläggande behov på jobbet – lika och olika*
- *Friktion i samarbetet*
- *Från småsura till fullskalig konflikt – vad händer här?*
- *Olika beteenden i skaviga lägen*
- *Reda ut eget trassel och hjälpa andra*

Bra att veta! Föreläsningen kan anpassas till 1,5 - 3,0 tim utifrån era önskemål. Innehållet som presenteras här är anpassat till 3.0 tim.



”Arbetsglädje och hållbarhet!”

Skapa en arbetsmiljö där ni lyfter varandra och säkerställer att alla bidrar till teamet med sina styrkor

- *Från impuls till slutsats – och fallgroparna på vägen*
- *Om valda sanningar och egna perspektiv*
- *Inspiration eller motivation – varför gör vi som vi gör?*
- *Styrkespaning i teamet*
- *Fortsätta växa tillsammans, även när det går trögt*

Bra att veta! Föreläsningen kan anpassas till 1,5 - 3,0 tim utifrån era önskemål. Innehållet som presenteras här är anpassat till 3.0 tim.



”Surisar, gnällisar och dålig stämning!”

För mycket av vår tid går åt till gnäll och skav på jobbet. Varför det blir som det blir, vad man kan göra och få några goda skratt på köpet!

- *Varför blir det så lätt så negativt?*
- *Vad håller vi egentlig på med på betalt tid?*
- *Att förebygga ”neggo”-kultur*
- *Det är så lätt att det blir så fel*
- *Att sätta ner foten och ställa krav*

Bra att veta! Föreläsningen kan anpassas till 1,5 - 3,0 tim utifrån era önskemål. Innehållet som presenteras här är anpassat till 3.0 tim.



”Psykologisk Trygghet – varför då?”

En föreläsning om psykologisk trygghet.
Vad är det och hur gör man för att skapa
detta i praktiken?

- *Varför psykologisk trygghet?*
- *Vad händer när den finns resp inte finns*
- *Dess beståndsdelar som är grunden för allt*
- *Hur skapar vi psykologisk trygghet*
- *Övningar och tips för psykologisk trygghet*

Bra att veta! Föreläsningen kan anpassas till 1,5 - 3,0 tim utifrån era
önskemål. Innehållet som presenteras här är anpassat till 3.0 tim.



”Sluta prata om kris & svåra tider!”

I tider av osäkerhet och oro är räcker det inte att bara härda ut. Vi måste fortsätta växa och utvecklas – och skapa en ny verklighet

- *Leda sig själv och andra i motgång*
- *För-/nackdelar med att omedvetet skapa oro & stress*
- *Uppnå växtkraft för teamet med sann resiliens*
- *Möjligheter och potential i osäkert läge*
- *Förutsättningar för kreativitet och innovation i teamet*

Bra att veta! Föreläsningen kan anpassas till 1,5 - 3,0 tim utifrån era önskemål. Innehållet som presenteras här är anpassat till 3.0 tim.



Bokningsvillkor



AVBOKNING AV HELA FÖRELÄSNINGEN

35 - 15 dagar innan genomförande	50% av totalt bokningsvärde debiteras
14 - 0 dagar innan genomförande	100% av totalt bokningsvärde debiteras

- **Vid ombokning** är normalförfarandet att tillsammans med kund hitta lämpligt tillfälle för att genomföra uppdraget vid senare tillfälle, dock faktureras halva beloppet i förväg om ombokningen sker senare än två veckor innan beställd leverans.
- **Vid sjukdom** (och eventuellt VAB) hos Aventis Konsult, som inte går att förutse så ombokar vi till ett nytt tillfälle alternativt om det är möjligt att hitta en lämplig ersättare kan vi genomföra som avtalat.
- **Covid** Om Folkhälsomyndighetens riktlinjer gör att vi inte kan träffas IRL som planerat (eller om konsulten uppvisar symptom enligt Folkhälsomyndighetens rekommendationer och förväntas vara på plats fysiskt), genomför vi insatsen digitalt i stället.

Betalningsvillkor och pris

Pris per föreläsning upp till 50 pers: 24 250 kr
(över 50 personer ges på offert)

Reseersättning: För uppdrag inom Sjuhärad (Borås, Alingsås, Ulricehamn, Vårgårda, Kinna, Herrljunga, Bollebygd, Tranemo och Svenljunga) samt Göteborgsområdet utgår ingen reseersättning. För uppdrag utanför dessa område utgår reseersättning med 59 kr/mil och i det fall uppdraget kräver hotellvistelse ersätts även det.

Alla våra priser är **exklusive moms** och momssatsen är 25 %.

Betalning sker med 10 dagar netto (om inget annat avtalats). Om betalningsfristen överskrids har leverantören rätt att debitera dröjsmålsränta från förfallodagen med gällande referensränta med ett tillägg av 8 %.