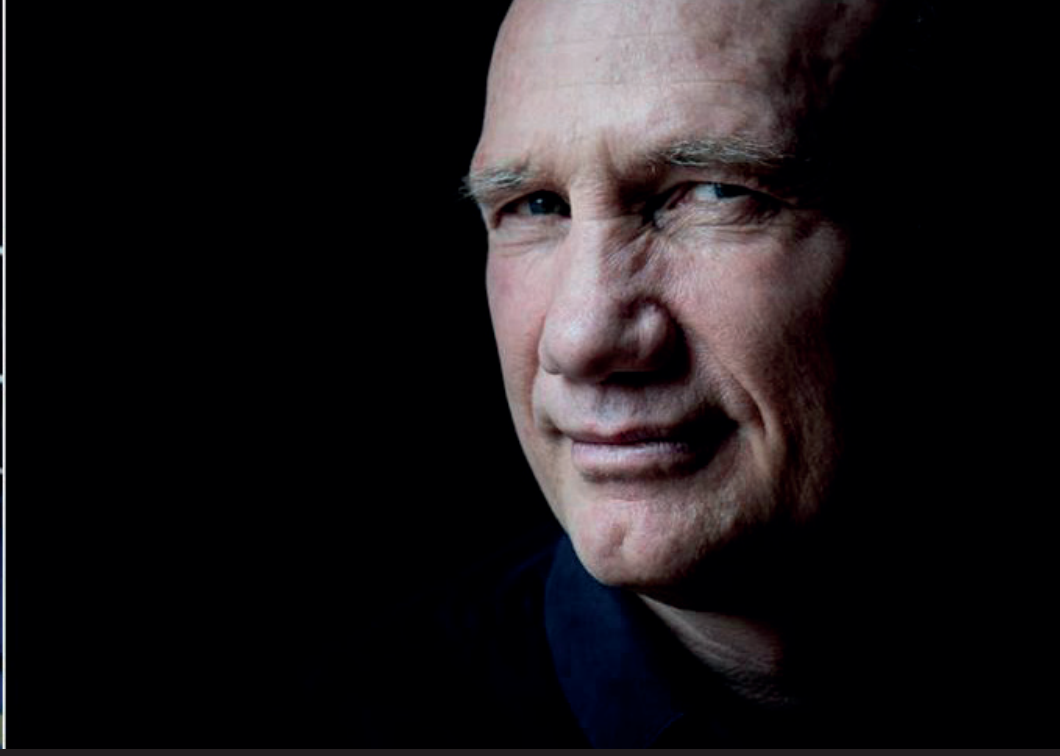

Roland ”Tigern” Ericsson

Utbildare, Coach och föreläsare

Roland Ericsson är kanske mer känd som ”Tigern” f d proffsboxare. Idag arbetar han som coach, inspiratör och konstnär. Han har under de senaste 22 åren arbetat med att utveckla personalgrupper, ledare och organisationer inom näringsliv, skola och idrott. Han föreläser, coachar och leder processer inom personlig utveckling, teamutveckling, ledarskap, mental träning kreativitet och nytänkande där deltagarna själva blir aktiva.

Rolands föreläsningar är fulla av energi, inspiration, glädje, humor och samtidigt allvar, eftertanke och kunskap. Roland är en uppskattad föreläsare, han anpassar alltid upplägget tillsammans med uppdragsgivaren.

Livslära Tel 0705-14 05 05, roland@livslara.com www.roland-tigen-ericsson.se

Att fokusera framåt och skapa arbetsglädje!

Trött på att fastna i problem? vill du istället sikta framåt och ta vara på de resurser och goda erfarenheter som finns? Då är detta något för dig.

En föreläsning och introduktion till lösningsfokuserat arbetssätt. Lösningsinriktat synsätt är ett positivt, enkelt och effektivt sätt att frigöra energi, möjligheter och kompetenser hos grupper och individer.

Formen för föreläsningen är korta teorier, diskussioner och övningar. Målsättningen är att ge deltagarna konkreta verktyg och färdigheter som kan tillämpas direkt.

PRISER
4-50 personer: 390 kr/pp
Fler än 50 pers: 350 kr/pp
Minimumkostnad: 6 500 kr
Tidsåtgång: från 2 h till längre upplägg

Teambuilding – Stärk samarbetet i din grupp

Programmet kan genomföras antingen med en helt ny sammansatt grupp, där man vill ha en bra start tillsammans och lära känna varandra bättre. Eller med befintliga arbetsgrupper, där spelreglerna och målen redan är satta, men samarbetet på vägen dit behöver förbättras.

Vi varvar korta teorier med roliga samarbetsövningar, gruppdiskussion och grupparbete för att utveckla och stärka samarbete i din grupp. Programmet genomförs både utomhus och inomhus.

PRISER
4-50 personer: 475 kr/pp
Fler än 50 pers: 390 kr/pp
Minimumkostnad: 8 500 kr
Tidsåtgång: från 3 h till längre upplägg

Turskolan - Tur är ingen slump!

En föreläsning och workshop för er som är nyfikna på hur ni kan öka er tur!

Vi arbetar utifrån fyra vetenskapliga principer, som visat sig leda till ökad tur. Ni får en allmän inblick i tankesättet samt några konkreta verktyg ni kan använda både i arbetet och privat.

PRISER
4-50 personer: 390 kr/pp
Fler än 50 pers: 350 kr/pp
Minimumkostnad: 5 900 kr
Tidsåtgång: Från 1,5 h till längre upplägg

Mental träning som stresshantering

Med regelbunden avslappningsträning orkar du med vardagen bättre. Avslappning är dessutom grunden till mental träning. Under avslappning kan du med ord och inre bilder medvetet påverka dig själv, dina tankar, dina handlingar och ditt liv på ett positivt sätt. Föreläsningen ger dig en grund, från vilket du sedan kan gå vidare på egen hand.

PRISER
4-50 personer: 390 kr/pp
Fler än 50 pers: 350 kr/pp
Minimumkostnad: 5 900 kr
Tidsåtgång: Från 1,5 h till längre upplägg