Stjärnsamlingar

För dig som vill uppleva ökad glädje, extra energi och mer harmoni

Satsa en av veckans 336 halvtimmar i din egen och organisationens hälsa.

Du har säkert bra kunskap om vad som behövs för att må och fungera på topp. Frågan är dock om din teoretiska kunskap omvandlas till praktiska handlingar och nya vanor? Annars blir det som Derek Sivers uttryckte det:

Om det bara hängde på information, skulle alla vara miljonärer med perfekta tvättbrädor.

Så gott som alla människor vet:

- ATT det är viktigt att sova
- ATT träna är hälsosamt
- ATT det är skadligt att röka

För att gå från kunskap till hälsosam utveckling räcker det inte med att veta **ATT**! Istället krävs det funktionella tips och verktyg om **VAD** och **HUR** du kan göra för att lyckas med en förändring och/eller implementera nya vanor.

Det är här Jan Terns nya **Stjärnsamlingar** kommer in i bilden. Då den skapar medvetande, motivation, handlingar och i förlängningen bättre vanor.

Välkommen att lyssna på Jan Tern och hur du drar nytta av Stjärnsamlingar, i hans digitala föreläsning 12 november 12.15-12.45. Föreläsningen och att få tillgång till grundversionen av Stjärnsamlingar är kostnadsfritt.

Anmäl dig genom att mejla till jan@stressexit.se och skriv: **Stjärnsamlinga**r i meddelanderaden så får du en möteslänk. Om flera från din organisation vill delta och de kommer att vara uppkopplad till mötet via en egen enhet behöver var och en anmäla sig. Det hänger ihop med att det finns en maxgräns på antalet samtida deltagare.

Sitter ni flera i ett konferensrum och bara är uppkopplad via en dator är det inget problem utan då kan ni titta hur många som helst.

Om du är intresserad men tiden inte passar, mejla till jan@stressexit.se och skriv: **Inspelning** i meddelanderaden så får du länk när föreläsningen är klar.

Varmt välkommen och har du några frågor är du välkommen att kontakta Jan

Föreläsningar/workshops som skapar hållbara och lönsamma arbetsplatser
För mer info besök stressexit.se eller ring 0768-14 70 80