

Go' energi på arbejdspladsen

I har ikke et tidsproblem. I har et energiproblem.

Vi kender det alle sammen. Kirsten sætter sig ved bordet, og pludselig er der luft i mødet — folk siger noget, de ellers ikke ville have sagt. Preben sætter sig, og alle kigger ned i deres skærm. Ingen af dem har åbnet munden endnu.

Møderne er effektive. Kalenderen er optimeret. Værktøjerne er på plads. Alligevel går folk hjem drænede, initiativer taber fart, og de bedste idéer bliver aldrig til noget. Årsagen er sjældent mangel på kompetence eller vilje — den er, at ingen har lært jeres medarbejdere at styre det, alt arbejde faktisk kører på: energi. Når energien er høj, løser et team på tre timer det, der ellers tager tre dage. Når den er lav, hjælper ingen proces, intet system og ingen strategi.

Fra abstrakt trivsel til konkrete redskaber

- 1 Forstå din energi.** Hvad giver og dræner energi hos netop dig — og hvorfor de gode råd, der virker for kollegaen, ikke virker for dig.
- 2 Styr din energi.** Enkle vejtræknings- og restitutionsteknikker, der virker på 90 sekunder mellem to møder. Ingen måtte, ingen omklædning.
- 3 Led andres energi.** Hvordan ledere aflæser og påvirker energien i et rum, et team og en forandringsproces — uden at det bliver terapi.

Vælg det format, der passer til jer

Foredraget

Fra 15.000,-

45–60 min. · Op til 500 deltagere

Til konferencen, temadagen eller det store personalemøde. Energisk oplæg med konkrete take-aways og plads til øvelser, uanset salens størrelse.

Workshoppen

Fra 19.500,-

2–4 timer · Maks. 25 deltagere

Til ledergruppen eller afdelingen. Deltagerne arbejder med deres egen energiprofil og går hjem med en personlig plan.

Forløbet

Fra 49.900,-

3–6 måneder · Skræddersyet

Til virksomheder, der vil have det til at sidde fast. Kombination af oplæg, workshops og opfølgning, tilpasset jeres organisation.

Alle priser er ekskl. moms og transport. Alle formater tilpasses jeres branche, jeres sprog og den udfordring, I står i lige nu.

Passer typisk til

- HR- og trivselsansvarlige, der skal levere mere end en frugtordning
- Ledergrupper midt i en forandring, hvor energien er lav
- Netværk og foreninger, der skal finde et oplæg, deltagerne husker
- Konferencer og temadage med brug for et indslag, der løfter rummet

Om Birgitte

Birgitte Riddersholm arbejder med energi som ledelsesværktøj. Baggrunden er en usædvanlig kombination: Change Management og eventledelse fra erhvervslivet, kombineret med breathwork, Human Design og adfærdsdesign. Hun har stået på TEDx OpenMic-scenen, er fremhævet i Forbes som ekspert i Human Design og driver Energiuddannelsen™. Ingen bliver bedt om at sætte sig på gulvet.

"Birgitte ramte den så præcist — fagligt, uhøjtideligt og uden at bede nogen om at tro på noget. I pausen blev hendes energizer et emne, folk talte om i mindre grupper. Og det er ikke sidste gang, jeg har inviteret Birgitte ind i dette female investor og start-up space."

Sandra Viig Seitzberg · CFO, Investor Relations & Events, Keystones — Women Shaping The Future-event hos Microsoft, 70 deltagere

Skal vi tage en snak?

20 uforpligtende minutter om jeres dag, jeres deltagere og hvad oplægget skal lande.

birgitteriddersholm.dk/go-energi · br@houseofbeing.dk