



# EFFEKTFULLT LEDARSKAP

21-23 MAJ PÅ VILLA SÖDERÅSEN, SKÅNE

---

EN LEDARUTBILDNING MED  
NINFEA LEDARUTVECKLING



# ÖKA EFFEKTEN

## VARFÖR?

Det är stor skillnad på att ha mycket att göra och att vara effektiv. Med motiverade ledare levererar vi mer och bättre, utan att kämpa hårdare eller springa snabbare. Det här är din inbjudan till en unik möjlighet att kliva ur din vardag som ledare och få syn på ditt ledarskap, landa i hur du vill vara och hur du kan få mer effekt ut av det du gör.

## VAD?

Ledarutbildningen hålls i en noga utvald miljö, långt bort från bruset. Här kommer du ges många möjligheter att släppa taget om stress och press, zooma ut för att få fler och bredare perspektiv både på dig själv och verksamheten du leder, samt värdefull tid till reflektion och samvaro med andra ledare.

Vi kommer också tillsammans ägna en hel dag åt själva "hantverket", hur just du ska göra i praktiken för att bli den effektfulla ledare du vill vara. Här delar vi med oss av vår mångåriga erfarenhet som ledare och ledarcoacher och de verktyg som vi på vetenskapliga grunder vet fungerar.

## NÄR?

Tid för utbildningen:

Incheckning tisdag 21 maj klockan från klockan 17:00

Start med middag klockan 19:00

Avslutning torsdag 23 maj klockan 15:00

## VAR?

Plats för utbildningen:

Villa Söderåsen i den vackra nationalparken mindre än en timmes bilresa från t ex Malmö, Helsingborg och Kristianstad

## HUR?

Skicka din anmälan till [info@ninfea.se](mailto:info@ninfea.se) senast den 30 april

Kostnaden för utbildningen faktureras i samband med anmälan med sista betalningsdag 10 maj.

## INVESTERING

17 500 KRONOR PER DELTAGARE

PRIS EXKL MOMS

I PRISET INGÅR TVÅ DAGARS UTBILDNING,  
TVÅ ÖVERNATTNINGAR I ENKELRUM/DUBBELRUM,  
ALLA MÅLTIDER INKLUSIVE VIN VILL MIDDAGARNA,

Ledarutveckling/Autenticitet/Effektfullt



# OM UTBILDNINGEN

## DAG 1 - LÄRA KÄNNA

Vi börjar med en kväll tillsammans, där vi får möjlighet att under uppsluppna former lära känna varandra i gruppen. Programmet börjar med gemensam middag klockan 19:00 och därefter gör vi en övning innan vi bryter upp för kvällen.

## DAG 2 - LANDA OCH REFLEKTERA

Under dagen kommer vi att varva mindfulness och lättare fysisk aktivitet med övningar för att hitta in till vem du vill vara som ledare och vad som håller dig tillbaka. Det är viktigt att stanna upp och göra sig en klar bild av nuläget innan vi går framåt. Här skapar vi utrymme för att du ska kunna få tillgång till din fulla kapacitet.

## DEL 3 - DELA OCH AKTIVERA

Vi flyttar ut från Villa Söderåsan och in i konferensrummet intill. Här har vi en insiktsfull och inspirerande dag tillsammans, där vi både delar erfarenheter och aktiverar din plan för hur du ska kunna bli mer effektiv i ditt arbete.

Att bli mer effektiv handlar i grund och botten om att koppla ihop den inre motivationen med en tydlig, tändande målbild. Det genomgående temat för den här dagen kommer därför att vara just motivation och målbilder. Vi kommer blanda övningar med teori och erfarenhetsutbyte för att på så sätt få ut det mesta av såväl oss själva som av dagen.

### Forskning och teori som ligger till grund för utbildningen:

- Motivationsforskning av Steven Reiss
- Beteendevetenskap i ledarskap av Simon Elnäs
- Målformulering och mental träning av Lars-Erik Unesthåll
- Vuxenutvecklingspsykologi och ledarmognad av bland andra Robert Keagan och Antoinette Braks



# OM OSS



## CAROLINE SEBLAD

Äger och driver Ninfea Ledarutveckling tillsammans med Marika. Hon är bland annat diplomerad mindfulness-instruktör, motivationscoach och licensierad mental tränare. Hon älskar att dela med sig av sin kunskap och erfarenheter, så att människor såväl som organisationer kan blomstra.



## MARIKA JONMAR

Utvecklar organisationer och coachar individer från kämpande till flow. Hon är bland annat utbildad livscoach, mental tränare och motivationscoach. Ninfea har specialiserat sig på att få människor att komma till sin fulla rätt så att arbetsplats blir till lyckoplats.

## KONTAKT

### **Ninfea Ledarutveckling**

**Caroline Seblad**

070-593 58 96

caroline@ninfea.se

### **Ninfea Ledarutveckling**

**Marika Jonmar**

072-555 02 30

marika@ninfea.se