

Individen i fokus för en bättre arbetsmiljö

Vill du testa på en annorlunda ”Må bra”-dag i teaterns tecken? Genom övningar och samtal får du möjlighet att finna ett inre lugn och hitta verktyg för att hantera vardagens stress. Den kreativa kicken är samtidigt teambildande och bidrar till en ökad trygghet i gruppen och en öppnare arbetsmiljö.

I workshopen ingår lättsamma och roliga övningar med vars hjälp gruppen kan reflektera kring samarbete, hur ni inte blockerar er själva eller andra och hur ni tydligt ser vilken roll ni har i ett team.

Varje övning avslutas med en diskussion, där alla deltagarna får möjlighet att framföra sina personliga tankar och reflektioner. Resultatet av de gemensamma analyserna kan användas som ett stimulerande verktyg på arbetsplatsen och i vardagen igen. Roligt *och* seriöst!

”Oskar är en naturlig ledare med pondus och karisma och som leder gruppen med varm, men bestämd röst, vilket gör att han får allas uppmärksamhet och fokus.”

Hedvig Stache, bankchef Handelsbanken Karlskrona

OSKAR STERNULF

Oskar Sternulf är utbildad på artist- och musikalutbildningen Performing Arts School i Göteborg. De senaste teaterproduktionerna, som Oskar har medverkat är monologerna “Ondskan” och “Komma ut”. Båda föreställningarna har blivit kritiker- och publiksuccéer.

Det finns alltid en möjlighet att i samråd med Oskar anpassa och skraddarsy workshopen efter ert behov.

KONTAKT

Oskar Sternulf

Tel: 070-322 50 34

oskar@sternulf.se

www.sternulf.se

