



FÖRELÄSNINGAR OCH WORK SHOPS FÖR MÖTET OCH KONFERENSEN

Tre upplevelser som inspirerar, aktiverar och lotsar mötesdeltagarna till fysisk och mental aktivitet:

1. Smartare rörelse – starkare hjärna:

Du måste inte träna – däremot behöver du vara fysiskt aktiv varje dag. Så bryter du dagens stillasittande med enkel fysisk och mental aktivitet som gör er ännu friskare, smartare, starkare, kreativare, uthålligare och mer fokuserade. Både under och efter mötet.

2. Lust, rörelse och ledarskap – livsfilosofi för energi- och resultatsmart utveckling: Föreläsning/workshop för inspiration, kraft och konkreta huvudnycklar som hjälper er möta Arbetsmiljöverkets riktlinjer AFS2015:4 och bidrar till en positiv arbetsmiljö och organisatorisk hälsa genom att ta Corporate Health Responsibility (CHR).

3. Riktning och Ramar: Vart ska ni? Hur vet ni det? Vilka aktivitetsramar ("Action") behövs? Vilka ramar är ni bra på/behöver ni bli bättre på? Vilka värderingar behöver säkerställas? Föreläsning/ workshop kring ett av de absolut främsta skälen till att det [inte] går som planerat.

Torgny Steen

Torgny Steen
0707-170 595
Torgny@torgnysteen.com
www.torgnysteen.com

Torgny Steen - CHR-Evangelist. Ledarskaps-LOTS. Föreläsare:



Efter att under flera år i ledande positioner satt medie- och mötesindustrin (IDG Sweden, Aftonbladet.se, Riksmedia, Sydsvenskan.se) i rörelse hoppade Torgny – efter att ha räddat ett av familjens fyra barn från utanförskap i lärande och skola – för att bryta stillasittandet och sätta människor och deras organisationer i rörelse. Torgny har skrivit bok, startat CreativeChildren:Camp®, utvecklat ledare i skolor och företag

och föreläst i de flesta tänkbara miljöer där ett skyddsrum är den mest udda. Idag inspirerar, aktiverar och lotsar Torgny människor och organisationer till lust, rörelse och ledarskap för kompetens att leva, jobba och utvecklas energi- och resultatsmart.

Sagt om Torgny ...:

"Torgny Steen är en engagerande och ungdomlig föreläsare som tar tag i ett av vår tids största problem, nämligen allt stillasittande på kontor och framför datorer och surfplattor. Med stor inlevelse berättar Torgny hur man kan göra för att få in lite mer rörelse och motion i vår vardag.

Torgny berättar anekdoter från sitt eget liv och det är lätt att dra paralleller till sig själv. Huvudsyftet med föreläsningarna är mycket positivt, nämligen att ens kropp och själ ska må så bra som möjligt.

I slutänden handlar Torgnys föreläsning om en livsfilosofi och hur man blir lyckligare som människa."

*Stefan Sjögren,
Länsstyrelsen Sörmland*

"Vi tackar för din sprudlande och starka energi som du spred till mig och mina kollegor. Du är en fantastisk föreläsare, inspiratör och person."

*Lilleba Hansson,
Mariehällsskolan Stockholm*

"Ett tag sen jag hade så roligt, var så fokuserad och fick så bra "nycklar" att använda/påminnas om. Redan igår kväll tog jag tag i 90 dagars utmaningen ..."

*Deltagare öppen föreläsning,
GIH Stockholm*

"Du kan motivera andra människor till att uppnå saker som de trodde var omöjliga, precis som med mig!"

*Student, IHM Business
College, Malmö*