

## Personaleansvarlige i ledelse & teams.

### Kursus med fokus på stress og arbejdsglæde.

En hverdag præget af besparelser og omstruktureringer giver stress. Og stressede medarbejdere er ikke omstillingsparate. Nye tal fra WHO viser, at hver 4. sygedag skyldes stress. At hver 5. dansker får arbejdsevne og livskvalitet ødelagt af stress. Til trods for dette faktum ved kun få danskere, hvorfor stresshormonet udpiner kroppen: At det har sin egen motor, der ikke lader sig stoppe af hjernen eller viljen.

Alle arbejder i dag med **social kapital**: Vigtigheden af trivsel, samarbejde, fælles mål. Som leder er det vigtigt at motivere og inspirere, det øger effektiviteten, men stressramte medarbejdere er hverken modtagelige for motivation eller nytænkning. Det er en stor glæde at kunne tilbyde et kursus, hvor deltagerne får værktøjer, der VIRKER - og både på kort og lang bane. Denne mail modtaget fra Anja Glistrup Lund, souschef i Holstebro Kommune:

**”Tusind tak for et fantastisk oplæg omkring stress og arbejdsglæde!** Vi er alle enige i, at det var lige, hvad vi trængte til! Gode redskaber, som alle kan bruge og forstå. Det er fantastisk at se folk blomstre igen, og jeg kan høre på mange af mine kollegaer, at de føler sig fyldt med energi, når de arbejder med den nemme visualiseringsteknik. Alle er nu bevidste om at møde på jobbet med åbent og positivt sind. Vi er dybt taknemmelige og glæder os til at samarbejde omkring værktøjerne. Du er en meget inspirerende kvinde.”

Når en organisation tvinges til omstruktureringer, tvinges medarbejderne til nytænkning, men udbrændte medarbejdere er ikke forandringsparate. Kurset udstyrer deltagerne med effektive værktøjer, det tager sekunder at bruge, og derfor er lette at implementere i en fortravlet hverdag. Kurset kan løfte ”trætte” teams, der er kørt fast i hverdages centrifuge, men det er også skræddersyet til stort **ryste sammen kursus for alle ansatte**. Dette, at ledelse og medarbejdere ser nye vinkler sammen, udløser arbejdsglæde, sammenhold og kollegialitet.

### **ALLE lærer at vende nedbrydende stress til positiv energi.**

Stresskurset består af atten forskellige moduler og kan kombineres med konfliktløsning, samarbejde, teamudvikling og motivation. Når kunden har defineret det ønskede mål med kurset, sammensættes modulerne. Stresskurset kan også kombineres med lean, hvor man både renser arbejdspladsen for nedbrydende stress og skaber øget effektivitet ved at fjerne spildtid og utidssvarende rutiner (se under leankurser).

Et standardkursus på 2½ time koster kr. 9.800. Om deltagerantallet er 40 eller 200, prisen er den samme, så det er på ingen måde dyrt at få professionelle værktøjer til et mere effektivt arbejdsklima, hvor man samtidig optimerer arbejdsglæden.

Ring eller mail endelig, hvis der er noget, I ønsker uddybet. Eller program tilsendt.

*Med venlig hilsen  
Direktør Hanne Faldborg*

*Septem International, Bækkevej 9, 5863 Ferritslev (65 982570 / hanne@faldborg.dk).*

