

NYE HOLMESTRAND

Velkommen til å bli med på

Et år med VEKST og FELLESKAP



VEKSTSEMINARER for kvinnelige ledere i nye Holmestrand | 2021



Gi deg selv tid for inspirasjon, påfyll og personlig utvikling

Dette blir vårt 3. år med VEKSTSEMINARER for kvinnelige ledere. Vi startet i Drammen i 2019, og nå ønsker vi å opprette en gruppe for den nye Holmestrand-regionen hvor både Mona og Nina bor. Mer enn noen gang er det viktig å samles fysisk for å dele læring og felleskap.

Gjennom et helt år hjelper vi deg å løfte og styrke deg i din rolle både profesjonelt og privat gjennom god støtte, verdifull kompetanse, mental verktøykasse og et stimulerende felleskap med andre flotte damer.



I hver samling bringer vi et relevant tema og du får gode tips og verktøy til hvordan du kan oppgradere og løfte dine egne tankesett, vaner og perspektiver som igjen påvirker din adferd, dine valg og din utstråling.

Her er det fokus på eget overskudd og påfyll, og gjennom året kommer du å oppleve økt trygghet på deg selv som menneske og leder. Vi vet at trygge og gode ledere inspirerer andre til positiv vekst og endring, så dette programmet gir positive ringvirkninger også for de rundt deg.

Bli med på **gratis** ONLINE prøveseminar før du melder deg på!

TEMA: Lederskap - ditt mindset i en ny tid

Onsdag 2. des
08.00-10.15

[påmelding >>](#)



Mona Steenberg Gran
Mental trener og
Mindfulnessinstruktør

mona@ledervekst.no
412 05 157



Nina Fjeldhaug
High performance/Flow coach
Mental og emosjonell trener

nina@ledervekst.no
971 40 242



KURSINNHold

- 11 ettermiddagssamlinger kl 14.00-15.45 - 1 onsdag/måned
- 1 t og 45 min med et relevant tema, tips, verktøy, mindfulness og nettverking + 30 min valgfri sosial mingling etterpå
- 4 sosiale kveldssamlinger
- Praktiske verktøy og egen lukket Facebook gruppe



PRIS

Priset for programmet gjennom et helt år, inkludert 15 styrkende samlinger er **12 600 kr***

**) Mat og drikke sosiale samlinger tilkommer*



MER INFO OG PÅMELDING

Les mer om vekstseminarene på ledervekst.no/vekstseminarer

Begrenset antall plasser.



SPØRSMÅL

Ta kontakt med Mona eller Nina hvis du lurer på noe.

Datoer og temaer

STED: Gran Gård Søndre | Gran 6, Sande

TIDSPUNKT: 14.00-15.45 samling og seminar + valgfri sosial mingling etter seminaret

KVARTAL 1

JANUAR
Onsdag 20. januar
kl 14:00-15.45
**Talent- og
teamdynamikk**

FEBRUAR
Onsdag 17. februar
kl 14:00-15.45
Mål med mening

MARS
Onsdag 17. mars
kl 14:00-15.45
**Dine 6 mentale
lederfunksjoner**

SOSIAL SAMLING
Torsdag 25. mars
kl 18:00-20:30
**Vision Board Party -
vi lager drømmetavler**
Sted: TBA

KVARTAL 2

APRIL
Onsdag 14. april
kl 14:00-15.45
Våg å vise hvem du er!

MAI
Onsdag 19. mai
kl 14:00-15.45
**Tøffe samtaler?
Lær carefrontasjon**

JUNI
Onsdag 16. juni
kl 14:00-15.45
**Pust for livet - for energi,
ro og prestasjon**

SOSIAL SAMLING
Torsdag 17. juni
kl 18:00
Sandviken sommerleker
Sted: Sandviken, Sande

KVARTAL 3

JULI
*Ingen samling -
sommerferie*

AUGUST
Onsdag 18. august
kl 14:00-15.45
**Læring, avlæring og
superlæring**

SEPTEMBER
Onsdag 22. september
kl 14:00-15.45
**Stress - the good,
the bad and the ugly**

SOSIAL SAMLING
Onsdag 8. september
Kano og hengekøyetur
Sted: TBA

KVARTAL 4

OKTOBER
Onsdag 20. oktober
kl 14:00-15.45
**Relasjoner, relasjoner,
relasjoner**

NOVEMBER
Onsdag 17. november
kl 14:00-15.45
Stillhetens råskap

DESEMBER
Onsdag 15. desember
kl 14:00-15.45
**Mot, kraft og
motstandskraft**

SOSIAL SAMLING
Torsdag 16. desember
kl 18:00
**Felles juleavslutning -
glitter og stas**
Sted: TBA

Legg inn alle
samlinger i kalenderen
allerede nå!

Her er det mye å
glede seg til!