

# KURS: Veivalg i endring

Velkommen til en kveld med deg og dine valg i fokus! Kveldens tema passer for deg som er i endring - enten du er i jobb, om du ønsker en ny jobb, eller du er interessert i personlig utvikling og hva som skjer når du står i et veivalg.

Kvelden vil gi deg økt bevissthet og konkrete verktøy til bruk både i privatlivet og i jobbsammenheng.



## Utbytte

- ∞ Konkrete verktøy
- ∞ Økt bevissthet
- ∞ Styrket endringskompetanse

## Hvordan ta gode valg!

Vi tar utgangspunkt i hva som må være tilstede for å ta gode valg, og viktigheten av å kjenne sine egne kjerneverdier. Videre vil vi se på personlig omstilling – altså hva det kan innebære å stå i en endring, og hvordan styrke egen endringskompetanse til å sette seg i førersetet for veivalget.

### KVELDENS FOREDRAGSHOLDERE:

Kine Aasheim driver dinMT, som leverer mental trening og coaching, karriereveiledning, HR-sparring og kurs, og dinHR som leverer HR-tjenester til bedrifter.

Sissel M. Andersen driver både Motus Coaching og Krøgeneslåven. Motus bistår i utviklingsprosesser, både for privatpersoner og næringsliv

**dinMT** motus  
coaching

Påmelding: [post@dinmt.no](mailto:post@dinmt.no)

Telefon 91 62 38 73

**Målgruppe:** Deg som ønsker å ta enda bedre valg

**Pris:** Kr 300,- (Vipps: 124561)

Kurset holdes hos  
Oppfølgingsenheten Frisk  
Kjøita 17 (3 etg), Kristiansand

Dato: 17.10.17

Kl: 18.00 - 21.00