



FÖRSTA HJÄLPEN TILL DIG OCH DIN PERSONAL

Mentala strategier och coaching
för ökad växtkraft till framgång
på individ- och gruppnivå på ditt
företag

ALL IN MIND™

Har du vågat ta tempen på dig och ditt företag?

En extern resurs av Allinmind med kunskap utifrån tävlingspsykologi, mental träning och de senaste mentala strategierna kan ge dig och din organisation första hjälpen till ny, stimulerande växtkraft.

Mikael Widerdal är kärnan i verksamheten hos Allinmind. Han har hjälpt Polishögskolan, Apoteken och med egna cd-skivor över 100 000 människor i ämnet och kan kallas för en av de främsta mentala tränare i Sverige idag.

Livskvalitet för företaget startar med tanke kvaliteten hos dig, dina chefer och dina anställda. Vad som sker inom och emellan all personal är kanske avgörande för er riktning på marknaden och vidare mot era mål.

Mikael Widerdal har mångårig erfarenhet av recept för positiv tillväxt och mätbara prestationer med alla dess nödvändiga steg för att nå utveckling. Antingen som ett coachande strategiskt bollplank för dig som chef. Eller som inspiratör med skräddarsydda föreläsningar och workshops för alla anställda.

Kontakta Allinmind idag.



■ KORTA FAKTA OM MIKAEL WIDERDAL

Namn:	Mikael Widerdal
Ålder:	46 år gammal
Titel:	Diplomerad mental tränare och avspänningspedagog, Amerikansk polaritetsterapeut och certifierad EFT practitioner.
Kunder:	Företag och organisationer som är nyfikna på vad det innebär att leva och verka till hundra procent.
Motto:	»Om du inte tar hand om din kropp - var ska du då leva ditt liv?»
Drivkraft:	Alla har chans att förändra sina liv genom de val vi gör.

■ PRESENTATION FÖRETAGET ALLINMIND

Mikael är en populär och erfaren mental tränare. 2003 fick han det ärofyllda uppdraget att skapa en serie mentala träningsprogram för landets alla Apotek.

Under de senaste 10 åren har han skapat inte mindre än 15 olika självhjälpsprogram på cd-skiva som sålts i mer än 100 000 exemplar. Titlarna omfattar allt från »Mental träning för ryttare« till »Kreativitet & skaparkraft«. Han är också medskapare till, och även

rösten på den dubbel-cd som POLISHÖGSKOLAN idag använder för utbildning av mer än 11 000 poliser i mental träning.

Förutom mental tränare och avspänningspedagog är Mikael även kroppsterapeut. Med dessa kompetenser som grund driver han det egna företaget sedan 1992.

■ WORKSHOPS, COACHING OCH SEMINARIER

ALLINMIND erbjuder allt från standardiserade seminarier och workshops enligt förslag nedan till unikt skapade varianter för er arbetsplats. Vi har ett brett utbud av träningsmaterial för att passa just er situation. Vi har även ett brett kontaktnät för en utökad kompetens vid specifika behov.

KUNDEXEMPEL FÖR ALLINMINDS WORKSHOP OCH SEMINARIER: Polishögskolan, JKG kompetens, HSB omsorg, MTG - Modern times group, Karolinska universitetssjukhuset, WM data, Apoteket, Medborgarskolan, Svenska avslappningslärarförbundet, Quality airport hotel Arlanda, Rum för hälsa, Utbrändas förening m fl.

COACHING

Exklusiv personlig coaching till chef eller arbetsgrupp
Coachingen sker på plats hos er, via vår mottagning i Stockholm eller via telefon. Under coachingprocessen får du tillgång till stöd och arbetsuppgifter via våra unika webbverktyg.

OMORGANISATION – EFFEKTIV RESURS

För företagsledare, personal i förändring och krissituation
Vad händer när ett företag förändras genom omorganisation, när personal varslas om uppsägning? Hur hanterar man detta mest effektivt? Även de som inte varslas behöver stöd och uppmuntran för att få en nystart för att må och prestera maximalt. *Här behövs viktig coaching, stöd och utbildning!*

SEMINARIER

Skräddarsydda seminarier upp till 300 personer

TEMA:

»Sov bättre - förbättra hälsa och prestation«

»Tävlingspsykologi - bli en vinnare«

»Hälsoresan T/R«

»Påminn dig till framgång«

»Livskvalitet – en effekt av din tankeverksamhet«

WORKSHOPS

Skräddarsydda workshops i grupper

Fördjupning av seminarier enligt ovan, eller enligt kunds önskemål om stresshantering, utveckla kunskapen att presentera eller tala inför grupp.

■ BOKNING

Är du inspirerad och vill göra en bokning? Kontakta oss för bokning på tel 08-770 33 08 eller via epost: info@allinmind.com. Du kan också göra intresseanmälan på vår webbplats: www.allinmind.com. *Välkommen!*