

## PRODUKTMATRIS FÖR ÖKAD ENERGI PÅ JOBBET OCH I LIVET

Din väg till egen Energy Management®!

### KULTUR-, LEDARSKAP- & FÖRÄNDRINGSARBETE!

Med dessa olika delar som grund hjälper vi er också med förändringsresor, kulturutveckling och ett energimedvetet ledarskap både för chef och medarbetare. Energin, samt förståelsen om varför vi reagerar som vi gör är en viktig grund för att allt annat i organisationen ska bli bra. Människorna är vägen till framgång!

VAD (klicka för produktblad)	VARFÖR	FÖR VEM	HUR	RESULTAT	TIDSÅTGÅNG
<b>Energi- &amp; Styrkedag</b>	För teamkänsla och energimedvetenhet	Teamet	På plats i gemensam lokal	Ökad teamkänsla och energimedvetenhet, kunskap om sina styrkor, förståelse för andra och deras beteenden	1 gemensam dag + ca 2 timmar per deltagare i förberedelse
<b>Energimedvetet ledarskap</b>	För att kunna leda team och organisation mot verksamhetsmålen med minsta möjliga energitåg och högsta möjliga effektivitet och prestationsglädje.	Chefer	På plats i gemensam lokal alt. På distans men lärolett	Chefer som leder genom ett modernt dialogbaserat ledarskap där fokus ligger på individens naturliga styrkor, verksamhetens mål och vad som tar minst och ger mest energi i arbetet. Ger maximal produktivitet genom energi och hälsa.	Totalt ca 24 timmar.
<b>Energi- &amp; Styrkesamtal</b>	Ett utvecklingssamtal för medarbetare och chef med avstamp i styrkor, energiläge och verksamhetsmål. En viktig del i ett energimedvetet ledarskap.	Medarbetare och Chef	På kontoret IRL eller digitalt (första gången IRL)	Ökad kunskap om vad som tar och ger energi och hur medarbetarens potential kan användas bäst för att få mest effekt för verksamheten och bäst trivsel för medarbetaren.	Ca 1,5 - 2 timmar första samtalet och förberedelser ca 1-2 timmar för båda. Efter det ca 0,5-1 timme för uppföljning.
<b>Energisparring®</b>	När medarbetare eller chef tappat mycket energi och behöver en plan för att hitta tillbaka till sin motivation och entusiasm. Tydligt mål med energisparringen som sker med en och samma sparringpartner.	Medarbetare / Chef och sparringpartner	Utanför eller på kontoret IRL eller digitalt (första gången med fördel IRL)	Klient får tydligt syn på sitt energitapp och förstår varför det ser ut som det gör. Hittar en ny väg för att kunna återta sin motivation och entusiasm för arbete / livet och ser tydligare hur situationen uppkommit och vad som behöver ändras.	Inleds med en enkät som ger en rapport med styrkor och energitapp som utgångspunkt. E learning görs. Tar ca 2 timmar. Sedan 3-10 energisparringtillfällen à 50 minuter.
<b>Energitanke®</b>	Som energisparring för medarbetare och chef när man "fastnat" och behöver mer handlingskraft och energi i vardagen.	Medarbetare / Chef	Digitalt eller på telefon. Bokas i särskild portal med inlogg.	Klienten får mer energi, nya handlingsalternativ, lär sig i stunden nya sätt att tänka och tolka det som händer för minskat energitapp.	30 minuter handlingsinriktad sparring med valfri sparringpartner vid varj tillfälle.
<b>PDP-systemet</b>	För att som organisation kunna jobba aktivt med energimedvetenhet på egen hand. T ex med Energi & styrkesamtal, teamutveckling, rekrytering, individutveckling, chefsutveckling mm	HR / Chef / Intrusserad medarbetare	Utbildning och årlig licens för organisationen. Sedan har ni kompetensen och materialet inhouse.	Som organisation kan driva egna Energi- & styrkedagar, fortsätta utveckla en energimedveten och laddad organisation. Utan konsultbehov och med budgeterbara kostnader. Från rekrytering till teamutveckling finns fokus på allas styrkor och energi med i hela HR-arbetet för att få ut allas fulla potential.	2 dagars utbildning av 1 eller flera personer till PDP Professionals. Om ni vill kunna ha egna Energi- & Styrkedagar tillkommer 1 utbildningsdag.
<b>Appen Energitanke®</b> (kommer inom kort, anmäl intresse)	För att kunna ha en energibuddy och sparra varandra till ökat energimedvetenade i vardagen.	Medarbetare / Chef / privatperson	Digital via webbapp på mobil, platta eller dator.	Skapar nya vanor och beteenden för ökad tillgänglig energi genom att göra olika "övningar" för ett mer energimedvetet beteende så energin läggs på "rätt" saker.	Beror på hur mycket man använder den, men från 1 minut till så länge man vill.
<b>Boken "ENERGY MANAGEMENT® - Äg din energi"</b> (kommer inom kort, anmäl intresse)	För dig som vill läsa om hur du kan få kontroll över din energi och ha mer ork och må bättre i vardagen.	Medarbetare / Chef / privatperson	PDF-bok för platta eller utskrift.	Ökar kunskapen och förståelsen för hur du kan agera för att inte slösa din energi vilket ger mer tillgänglig energi, ökad ork och mer glädje i tillvaron.	Beror på hur noga du läser och hur många övningar du gör men 1 timme att bara läsa.