

Refugiet på Trelde Næs



Kilde: <http://www.flowinstitute.dk/>

Transformational Leadership

Som leder kan du vælge, at hverdagen skal præges af glæde, lyst og balance. Så skaber du det miljø, hvori flow opstår. På Trelde Næs vil du lære, hvordan du vælger flow frem for stress, også når dagligdagens opgaver, forventninger, krav, konflikter og tidsfrister banker på døren til dig og dine medarbejdere.

Strømningerne i tiden går bl.a. i retning af flow, mindfulness, menneskets fysiske velbefindende og jordens ressourcer. Det handler om dig som menneske, for du er omdrejningspunktet i dit liv, både når du er på job og privat.

Du vil opnå:

- ✚ at få indsigt og erfaring i at bruge de elementer, der skaber grundlaget for flow og glæde for både dig og dine medarbejdere
- ✚ at få ny inspiration til den ledelsesmæssige udfordring, som du på forhånd har valgt at bringe i spil
- ✚ at finde dine oversete menneskelige potentialer og erfare, hvordan du bruger dig og livet optimalt
- ✚ at stifte bekendtskab med det indianske medicinshjul, Mindfulness og U-teorien gennem både teori og praksis
- ✚ at tilbringe meningsfuld tid med andre og også få lejlighed til at være med dig selv

- ✚ at få rig lejlighed til at udfordre dig selv både fysisk og psykisk, fordi vi vil kombinere teorien med øvelser, praktiske opgaver og outdooraktiviteter, der alle vil understøtte kursets læring
- ✚ at opleve helhed og balance i samklang med moder jord. Vi vil så vidt muligt opholde os ude i den dejligste natur ved skov og vand på Trelde Næs, hvor vi vil lave blåmad, få mulighed for at overnatte i en lavu og meget mere

Underviser:

Kurset afholdes af Lisbeth Ejlertsen, ejer og leder af virksomheden Flow Institute. Med sin oprindelige ingeniørbaggrund har Lisbeth Ejlertsen fødderne plantet i det konkrete, hvor tingene skal kunne forklares og hænge sammen. Samtidig har Lisbeth Ejlertsen en dyb interesse for mennesket og stor erfaring i, hvordan det indre i mennesket afspejler sig i det ydre. Lisbeth Ejlertsen har flere terapeutuddannelser, over 25 års erfaring med meditation, en uddannelse som billedkunstner og har skrevet og udgivet to bøger. De sidste 15 år har Lisbeth Ejlertsen bevidst valgt flow-vejen og grundlagde i starten af 2006 Flow Institute – den første virksomhed i Danmark der har sat flow på dagsordenen i erhvervslivet.

Instruktører på outdooraktiviteter:

Outdooraktiviteterne instrueres af Carsten Dalegaard, Jan Refsing og Peter Hermann fra Uddannelsescentret, som alle har stor erfaring med aktiviteter og sport udendørs – særligt havkajak, kano, orienteringsløb, vandresport og klatreaktiviteter.

Aktiviteterne vil blive tilrettelagt med fokus på individuelle aktiviteter, hvor man får mulighed for at reflektere over sit eget lederskab, samtidig med at man måske mister "jordforbindelsen" et øjeblik – i "det perfekte åretag" i kajakken eller den glidende klatring på rebet mellem træernes kroner.

Tid:

Torsdag den 20. august kl.11 – lørdag den 22. august kl.15

Sted:

Kurset finder sted i Troldehuset på Trelde Næs – og mest muligt i omgivelserne omkring huset. Vi bruger altså sovepladserne, køkkenet og toiletterne samt undervisningslokalet i Troldehuset, men planlægger også at tilberede/indtage maden udendørs i et vist omfang og at overnatte i Lavuen (en slags tipi), for dem der vil.

Pris:

Da det er første gang vi forsøger os med et åbent kursus indenfor dette emne, får deltagerne det til introduktionspris: **4800 kr.** Heri er indeholdt undervisning, outdooraktiviteter, overnatning, fuld forplejning samt Lisbeth Ejlertsens bog: Flow

Tilmelding:

Der er plads til max 16 deltagere, der bliver optaget efter først-til-mølle princippet. Tilmeldingsfristen er 15. juni. Tilmeldingen er bindende, og deltagerbetalingen vil blive opkrævet umiddelbart efter 15. juni. Tilmeldingen foretages på Uddannelsescentrets hjemmeside www.ucf.dk