



**Stärk din konkurrensförmåga - besök**

# KunskapsDagarna

**Nyköping 6 december 2019**

## Välkommen till Kunskapsdagarna Nyköping



**Välj mellan 6 inspirerande seminarier och inspirerande talare! Vi räknar med stort intresse - så anmäl dig Nu! Vi ser fram emot att träffa dig den 6 december på Sunlight Nytorget 7, Nyköping**



**Mikaela Loeks**

Lättheten av att vara du



**Torgny Steen**

Organisationer som mår bra går bra – spara tid, pengar och mänskligt lidande



**Gabrielle Salander**

Modern retorik  
Hur du skapar förtroende och övertygar bättre



**Johan Rinman**

Skapa effektiva team



**Jessica Odén**

Det visa feminina – Ledarskap i balans



**Erik Winqvist**

Framgång i framtiden För både medarbetare och chefer.

**Anmälan utan kostnad enligt inbjudan gör du på [www.kunskapsdagarna.nu](http://www.kunskapsdagarna.nu) (klicka på anmälan och välj kunskapsdagarna Nyköping i menyn)  
Välkommen!**



**Stärk din konkurrensförmåga - besök**

# KunskapsDagarna

**Nyköping 6 december 2019**



**Jessica Oden**  
**7015 • 08.30–09.20**

## **Det visa feminina – Ledarskap i balans**

Vi som moderna kvinnor har blivit duktiga på att prestera på bekostnad av kontakten med vår kropp och själ när vi egentligen behöver raka motsatsen.

Ett ledarskap i kontakt med varandet och den feminina kraften. Både vad det gäller våra egna liv och när vi är ledare i vår yrkesroll.

Kom och stärk kontakten inåt, utmana dina invanda tankegångar och lämna föreläsningen med konkreta verktyg och ett nytt djup i dig själv som kvinna och ledare.

Världen behöver människor som lever och leder från en helt ny plats - Det visa feminina kan visa oss dit.

Med ett ben i mystiken och det andra i prestation, bakgrund som extremskidåkare och bergsklättrare, daglig meditation sedan 17 års ålder och nu ledarskapsutbildare på bl.a. Nordea, Arla, Carlsberg och Ecco så ligger hon i framkant vad det gäller själfull högprestation. Nära sitt hjärta och med ett skarpt sinne beskrivs Jessica ofta som en inspirerande, genuin och professionell föreläsare. Välkomna!

**Jessica Strand 0739 -12 49 92 [jessica@wisewoman.se](mailto:jessica@wisewoman.se) [www.wisewoman.se](http://www.wisewoman.se)**





**Stärk din konkurrensförmåga - besök**

# KunskapsDagarna

**Nyköping 6 december 2019**



**Erik Winqvist**

**7016 • 09.40-10.30**

**Framgång i framtiden**

**För både medarbetare och chefer.**

Maskiner kräver smörjolja för att fungera. Så även företag och organisationer.

Vad är framtidens smörjolja?

Erik Winqvist undersöker om det kan vara det abstrakta ordet "rörelse" som ger konkreta fördelar.

Han berättar så att lyssnaren får konkreta råd om hur hen kan agera.

Erik Winqvist är artist med ett förflutet som bland annat vd inom industrin, han är också en engagerad samhällsdebattör.

Bra att ha med sig in i framtiden är:

Rörelse, passion, acceptans, riktning, glädje, kunskap och förmåga. Även en bra målbild, sociala kontakter/nätverk och en positiv grundsyn ska med i verktygslådan.

**Boka [info@winkir.se](mailto:info@winkir.se) eller 0708 77 66 67 [www.erikwi.se](http://www.erikwi.se)**



**Johan Rinman**

**7017 • 10.50-11.40**

**Skapa effektiva team**

Att skapa effektiva team är enkelt. Bara du vet hur man gör!

Oavsett om du är ledare eller gruppmedlem finns det en rad beprövade sätt att höja teamets effektivitet, kvalitet och välmående. Kom och ta del av forskningsbaserad kunskap, mångårig erfarenhet och konkreta tips.

Johan Rinman har en masterexamen i beteendevetenskap och är organisationskonsult på Add Insight. Johan har specialiserat sig inom team- och ledarutveckling och har bred erfarenhet från offentlig-, privat- och ideell sektor.

**Johan Rinman, Add Insight AB, 073 519 183, [joan.rinman@addinsight.se](mailto:joan.rinman@addinsight.se), [www.addinsight.se](http://www.addinsight.se)**

**Stärk din konkurrensförmåga - besök**

# KunskapsDagarna

**Nyköping 6 december 2019**

## HÄR HAR DU EN BRA DEAL!

### Erbjudanden för dig som besöker Kunskapsdagarna

#### Frukost

Vi erbjuder frukostbuffé mellan 06,30–09,00.

#### Lunch

Vi erbjuder lunch mellan 11,30–13,30 lunch buffé.

Stor härlig lunch buffé med 3 alternativ varje dag, soppa, sallad, bröd och kaffe.

Se meny på [www.sunlight.se/restaurang](http://www.sunlight.se/restaurang)

#### Fika

Vi erbjuder kaffe/the, kaka och smörgåsar i anslutning till konferens.

#### Middag

Avsluta en heldagskonferens med middag på vår eleganta restaurang.

Se meny på [www.sunlight.se/restaurang](http://www.sunlight.se/restaurang)

#### Konferenspaket weekend

Vi kan skräddarsy ett Spa-konferenspaket weekend i samband eller över helgen. För bästa service ser vi gärna att grupper bokar lunch och andra önskemål.

Välkommen till Sunlight Hotel Conference & Spa i Nyköping G:a Tvålfabriken

Mer info på [sunlight.se/konferens](http://sunlight.se/konferens)



Stärk din konkurrensförmåga - besök

# KunskapsDagarna

Nyköping 6 december 2019



7018 • 12.50-13.40

**Gabrielle Salander**

## Modern retorik: Hur du skapar förtroende och övertygar

Ta del av avgörande komponenter för hur du förmedlar dina förslag och idéer på ett tydligt, säkert och övertygande sätt. Studier visar att vi anställer, anlitar och samarbetar med människor som vi gillar och känner förtroende för. Ofta finns det ett glapp mellan hur vi tror att vi uppfattas och hur vi faktiskt uppfattas. Ta del av retoriska metoder samt den senaste psykologiska researchen för att förstå den kommunikation som till stor del sker på ett omedvetet plan. Lär dig bl.a. vad det är som gör att vi gillar någon, hur du egentligen uppfattas och hur du uttrycker dina idéer på ett övertygande sätt.

**Gabrielle Salander, fil. kand i retorik, [info@gabriellesalander.se](mailto:info@gabriellesalander.se)**

## Kunskapsdagarna

– en attraktiv mötesplats på hemmaplan

Under senare tiden av 1990-talet började entreprenören Hans Görgenesson, Kunskapsdagarna Sverige AB i Linköping, känna hur mässförmån blev mer och mer utsliten som marknadsplats. Mässarrangemangen var helt enkelt inte längre den motor för kreativitet som de en gång hade varit.

Hans Görgenesson upplevde att kvaliteten på många mässarrangemang var bristande och kostnaderna för deltagarna var för höga. Samtidigt var intresset för seminarier och mässor fortfarande stort

i de större städerna Stockholm, Göteborg och Malmö.

- Jag bestämde mig för att göra något åt saken och vände helt på förutsättningarna och skapade en attraktiv mötesplats för företag, organisationer och fackföreningar.

Kunskapsdagarna arrangerar årligen ett 20-tal evenemang runt om i Sverige i samarbete med kommuner och fackförbunden, Jusek, Ledarna, Sif, ST och Sveriges Ingenjörer. Det innebär en möjlighet för organisationer att låta sina medarbetare och kunder att kostnadsfritt lyssna på aktuella seminarier på hemmaplan. Utbudet

av seminarier är stort och varierande, alltifrån hur du förvaltar ditt personliga varumärke till hur du kan bli en bättre tonårsförälder.

Hans Görgenesson som arbetat med lokala arrangemang runt om i landet sedan 1982 är övertygad om att den form av mötesplats han etablerat med Kunskapsdagarna kommer att vinna allt fler insiktsfulla företag och expandera kraftigt – inte bara i Sverige utan i Norden och internationellt. Om du vill veta var Kunskapsdagarna är i höst kan du gå in på [www.kunskapsdagarna.se](http://www.kunskapsdagarna.se) och se när de besöker din ort.

Text: Sven Nilsson  
Foto: Kunskapsdagarna

” Jag bestämde mig för att göra något åt saken!..! och skapade en attraktiv mötesplats för företag, organisationer och fackföreningar.”

Hans Görgenesson



Hans Görgenesson driver Kunskapsdagarna Sverige AB

**Stärk din konkurrensförmåga - besök**

# KunskapsDagarna

**Nyköping 6 december 2019**



**7019 • 14.00-14.50**

**Torgny Steen**

**”Organisationer som mår bra går bra – spara tid, pengar och mänskligt lidande”**

Allt fler pratar arbetsmiljö, organisatorisk, social och arbetsrelaterad ohälsa. Inte så konstigt, psykisk ohälsa drabbar alla yrkesroller och utgör idag hälften av företagens sjukskrivningar.

Många vill men vet inte hur bedriva proaktivt hälsoarbete, väntar till dess en medarbetare blivit sjuk på riktigt. Trots att proaktiv systematisk friskvård ger möjlighet till stora besparingar, en halv miljon\* kronor under fyra år när EN medarbetare förändrar sin livsstil från riskgrupp till friskgrupp.

*\*500 000 kronor i besparing under fyra år för en medarbetare med 23 000 kronor i månadslön.*

**Tusentals människor i Norden har redan upplevt Torgnys föreläsning, nu är det din tur:**

- Vad sker i kroppen och knoppen när vi är fysiskt (in)aktiva?
- Hur tar jag ansvar när det tar emot – blir rörelseenergin i mitt liv?
- Hjärnan, stress, press, minne, sömn, fokus och uthållighet
- Employer Wellness och Branding
- Mindful Movements – prova roliga, enkla rörelser alla kan göra.

En av Torgnys stora tillgångar som föreläsare är att han utgår från egna erfarenheter varvat med aktuell forskning och Mindful Movements. Torgnys föreläsningar är personliga, roliga och insiktsfulla samt erbjuder ett rejält kunskapslyft alla som närvarar kan ta till sig.

Torgny är företags- och förändringsledaren som under 25 år satte medievärlden i rörelse. När han räddat ett av sina fyra barn från utanförskap i skolan - med Mindful Movements - hoppade han av chefsjobbet för att ta upp kampen MOT stillasittande och låsningar FÖR fysisk aktivitet och lösningar. Som föreläsare och författare till boken ”18 smarta rörelser – stärk din hjärna ...” lotsar han människor och organisationer i Norden till att göra god arbetsmiljö, fysisk och psykisk hälsa enkelt igen. Vilket sparar tid, pengar, mänskligt lidande och stärker varumärket.

**Torgny Steen, Torgny Steen Research AB. 0707-170 595. [torgny@torgnysteen.com](mailto:torgny@torgnysteen.com).**



**Stärk din konkurrensförmåga - besök**

# KunskapsDagarna

**Nyköping 6 december 2019**



**7020 • 15.10-16.00**

**Mikaela Loeks.**

**Lättheten av att vara du**

Din kropp är unikt skapad för just din person, det finns bara du på hela jordklotet med just din unika DNA struktur, bara du! Du är perfekt gjord för att vara du. Trots detta så försöker vi människor, att passa in, vara till lags och leverera på ett sådant sätt att vi blir utmattade och sjuka. Tillsammans kommer vi att undersöka hur enkelt och glädjefyllt livet kan vara när du tillåter dig att vara du, lättheten av att vara du.

**Mikaela Loeks, Hälso pedagog, Hälsocoach, Barreinstruktör, 0709999204,**



# SUNLIGHT

HOTELL - KONFERENS - SPA - RESTAURANG

**Stärk din konkurrensförmåga - besök**

# KunskapsDagarna

**Nyköping 6 december 2019**

## Välkommen till Kunskapsdagarna och till Sunlight Nyköping den 6 december 2019

*Vi reserverar oss för eventuella ändringar i programmet.*

### Kontakter Kunskapsdagarna:



**Hans GörgenSSon, Kunskapsdagarna**

Tel: 0760 457 911

Mail: [hans@kunskapsdagarna.nu](mailto:hans@kunskapsdagarna.nu)



**Lars Sjödin, Kunskapsdagarna**

Tel 0736 563 103

Mail: [lars@kunskapsdagarna.nu](mailto:lars@kunskapsdagarna.nu)



### Välkommen till Kunskapsdagarnas VIP klubb

Att vara medlem samt erhålla inbjudningar i vår VIP klubb är kostnadsfritt, kortlöst och helt digitalt. Och den är öppen för alla. Du som redan går på kunskapsdagarna behöver bara maila oss att du vill ha inbjudan i framtiden. Är du ny besökare hos oss? Maila att du vill ha kostnadsfria inbjudningar med kontaktuppgifter som kommer det automatiskt till dig.

#### UPPGIFTER SOM SAMLAS IN VID MEDLEMSKAP

*Om du registrerar dig till vår VIP Klubb samlar vi in din e-postadress för att skapa medlemskapet. Vi lagrar fullständig kontaktinformation i form av, namn, ålder, kön, mobilnummer, adress och kontaktuppgifter. Detta i syfte att kunna hålla dina uppgifter uppdaterade – korrekta och aktuella.*

*Som medlem i vår VIP klubb kommer du att erhålla kostnadsfria inbjudningar med Kunskapsdagarnas erbjudanden och nyheter. Du kan närsomhelst välja att avregistrera dig från våra nyhetsbrev genom länk i nyhetsbrevet eller inbjudan. Du kan även närsomhelst välja att avregistrera dig från ditt medlemskap i VIP klubben genom antingen länk i nyhetsbrevet eller på vår hemsida.*

*Är du medlem i vår VIP klubb sparas uppgifterna som registrerats så länge du väljer att vara kvar som medlem.*

Välkommen till Kunskapsdagarna!