

# TOIMIVA ARKI® – ITSENSÄ JOHTAMISEN VALMENNUSKOKONAISUUS alkaa Lohjalla 29.1.2020



## ITSENSÄ JOHTAMINEN

on yksi tärkeimpiä arjen taitoja!

Toimiva arki®-valmennuksessa saat paljon käytännönläheisiä vinkkejä toteutettavaksi omaan arkeen, niin työhön kuin kotiin.

Valmennus on suunnattu työelämässä oleville, uraan tai ammattiin katsomatta, kaikille arjen pyörittäjille. Sinulle, joka haluat selkeyttää ajanhallintaan, toimivimmat ihmissuhteet, menetelmiä ristiriitojen selvittämiseen ja keinoja oman arjen eheyttämiseen. Tämä on myös sinulle, joka olet jo aloittanut oman itsesi kehittämisen ja haluat ylläpitää onnellisuuttasi.

Opit huippuvalmentajan taidot oman elämäsi hallintaan ja itsesi johtamiseen sekä hyvään vuorovaikutukseen muiden ihmisten ja läheistesi kanssa. Valmennuskokonaisuus on rakennettu niin, että osallistujana saat joka kerta uuden teeman vietäväksi omaan arkeen.

### Toimiva arki® valmennuksen sisältö:

Stressinhallinta ja jaksaminen  
Itsetuntemus ja vahvuudet  
Hyvä vuorovaikutus, ajanhallinta  
Arvot ja uskomukset  
Tavoitteet ja unelmat  
Ratkaisukeskeinen toiminta

Valmennus koostuu lähipäivistä ja henkilökohtaisesta yksilövalmennuksesta (1,5h).

Lisäksi saat Toimiva arki®-työkirjan.

**Valmennuspäivät ovat keskiviikkoisin klo 9-16**

**29.1.2020, 26.2.2020, 18.3.2020, 22.4.2020,  
27.5.2020, 12.8.2020, 9.9.2020, 14.10.2020,  
4.11.2020**

## Maarit Lintukorpi

Toimiva arki® -valmentaja

Brain Id -mentor

*” – Jos voit kuvitella sen, voit tehdä sen – Tämä Walt Disneyn lause on ollut mottoni yrittäjänä yli kahdenkymmenen vuoden ajan. Uskon lujasti, että tavoitteet voivat toteutua ja muutos on mahdollinen. Mikä koulutus voisi olla parempi kuin itsensä johtamisen valmennuskoulutus? Tervetuloa mukaan Toimiva arki® -valmennukseen!”*

**Halutessasi sinulla on ainutlaatuinen mahdollisuus lisätä valmennukseen BrainMind Audit® -profiili, joka kertoo aivojesi nykytilasta.**

Saat objektiivista, luotettavaa ja todenmukaista tietoa siitä, miten aivosi voivat tällä hetkellä, miten hyvin ne toimivat, mikä on niiden todellinen toimintakunto ja voimavarat.

**Lisätietoja:** [www.brainid.fi](http://www.brainid.fi)

**Koulutuspaikka: Mandaramin koulustilat Lohjalla**

### Hinta:

Toimiva arki®-valmennus  
1795 euroa, sis. alv 24%

Toimiva arki®-valmennus + BrainMind Audit® –profiili  
2100 euroa, sis. alv 24%

Valmennuksen voi maksaa useammassa erässä sopimuksen mukaan.

Valmennus sopii yksityishenkilöille tai yrityksille mm. osana työhyvinvoinnin kehittämistä.

### Ilmoittautuminen:

sähköpostitse: [maarit.lintukorpi@gmail.com](mailto:maarit.lintukorpi@gmail.com)

puhelimitse: 040 7475342

[www.maaritlintukorpi.com](http://www.maaritlintukorpi.com), [www.mandaram.fi](http://www.mandaram.fi)