

Novonesis A/S

Att: Thomas Skov Olesen

tsso@novonesis.com

Tlf. 30 77 10 17

Ballerup 19. marts 2025

/rmt

Tilbud på forebyggelse af stress

Sådan forebygger, spotter og håndterer du stress

På dette foredrag får man indblik i:

- Hvad er stress og hvordan påvirker stress dit system
- Hvordan man opdager egne stress-symptomer
- Hvornår man skal reagere
- Hvordan man finder konkrete løsninger

På foredraget introduceres 2 forebyggelsesværktøjer:

- De 3 systemer
- Min butik/din butik

Det praktiske

Tidspunkt: Efter aftale.

Varighed: 60 min.

Sted: Novonesis A/S, Gammel Venlighedsvej 14, 2970 Hørsholm

Deltagerantal: 80-130 deltagere.

Underviser: Stressekspert Rikke Maj Thauer

World Trade Center

Borupvang 3

2750 Ballerup

tlf. 61 65 08 88

info@thauer.dk

www.thauer.dk

Det siger andre ...

“

Vi kontaktede Rikke, som har kørt to online foredrag for os, med det formål at give os nogle værktøjer til at håndtere Corona-tiden. Alle har fået noget individuelt ud af de to foredrag. De enkle værktøjer, som Rikke gav os, bliver brugt flittigt og har været medvirkende til, at alle har fået det bedre – med hinanden og på tværs af afdelinger. Rikke er meget behagelig og professionel at arbejde sammen med, og jeg vil anbefale andre virksomheder – store som små – at kontakte Rikke, hvis der er brug for hjælp ift. at forebygge og afhjælpe stress.



Lars Gøtke

Underdirektør - DSB Ejendomme

“

Rikke har givet vores arbejdsmiljøorganisation en grundlæggende information om hjernens biologiske påvirkning i forbindelse med stress. Hun har også introduceret os til konkrete værktøjer til forebyggelse/håndtering af stress. Inden Rikke holdt foredrag, havde vi ingen konkrete værktøjer. Medarbejderne er meget tilfredse med at have fået brugbare værktøjer med hjem, som de kan bruge med det samme.



Michelle Nathasia Packert

Arbejdsmiljøchef - Region Hovedstadens Apotek

“

Jeg vil gerne anbefale Rikke til alle, der har behov for at sætte stress og stressforebyggelse på dagsordenen, og som vægter konkrete værktøjer frem for floppy fyldord med høje lixtal. Uanset, hvor man er som virksomhed i processen med at sætte stress på dagsordenen, så vil Rikke kunne bidrage og medvirke til at skabe værdi sammen med dem.



Dianna N. Hansen

HR-konsulent - Adserballe og Knudsen

World Trade Center

Borupvang 3
2750 Ballerup
tlf. 61 65 08 88
info@thauer.dk
www.thauer.dk

Prisen er 25.000 kr. som er inkl.:

- Elektronisk forundersøgelse i programmet Typeform ift. konkrete udfordringer og aktuelle problemstillinger.
- Online formøde, hvor forundersøgelsen diskuteres og arrangementet tilrettelægges i detaljer.

Tilkøb af bøger

Bogen: *Stress er OGSÅ dit eget ansvar* (2019) er læst af flere end 4.000, og anvendes som lærebog på workshop, individuelle forløb og lederkurser.

Bogpakkerne er inkl. lydbog + e-bog + fysisk bog.

Normalpris: 498 kr.

Særpris: 99,- pr. bogpakke.

Pris og betingelser

Prisen er ekskl. moms og evt. transport og opholdsudgifter. Kilometerpenge afregnes efter statens takster. Ved bestilling faktureres halvdelen af prisen, som ikke refunderes. Det resterende beløb faktureres 7 dage før første aktivitetsstart med en betalingsfrist på netto 7 dage. Aktiviteter kan aflyses senest 14 hverdage før, uden beregning, dog refunderes første halvdel ikke. Ved senere aflysning faktureres den resterende pris.

Forbehold

Thauer Stresscenter ApS tager forbehold for, at uforudsete omstændigheder kan komme i vejen for afholdelse af aktiviteten. Hvis uforudsete omstændigheder måtte indtræffe, vil I straks blive underrettet herom. Ved uforudsete omstændigheder forstås forhold, som er uden for Thauer Stresscenters kontrol og som påvirker afholdelsen.