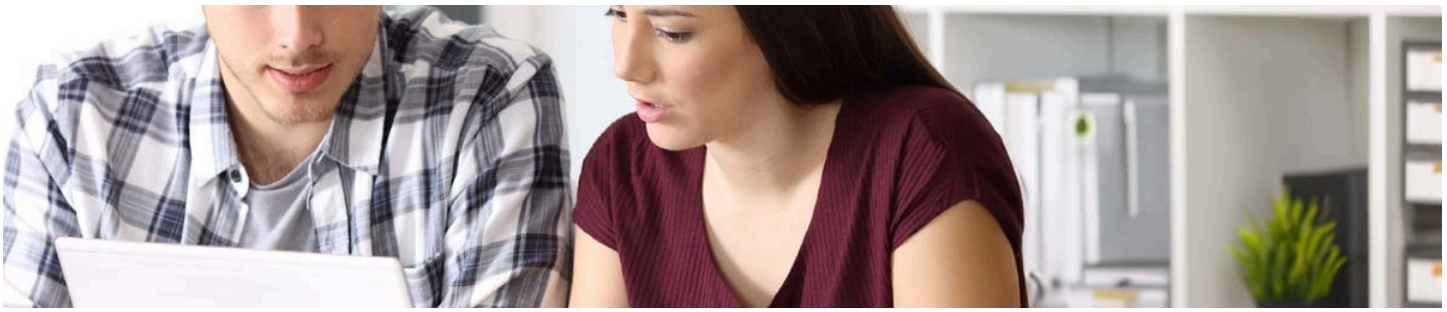


Fuld fart frem i livet

Træt af råd om at sætte farten ned, når alt i dig vil frem?

Slip bremsen med Soulaima Gourani og Henrik Leslye, når de vender op og ned på alt, hvad vi ved om trivsel, stress og præstation.

Med en skøn forening af humor, forskning og engagerende nærvær giver de opskriften på at trives med fuld fart frem – så du får det hele med af livet! Retning, mening og energi.

Dette foredrag er for dig, der savner den energiske, fokuserede og levende udgave af dig selv. Med et nyt blik på hjernen, hverdagen og arbejdslivet får du en praktisk, forskningsbaseret metode til at få energien tilbage – og samtidig være ambitiøs, mentalt klar og i fuld bevægelse.

Du kan se frem til at få konkrete værktøjer til:
- at slippe bremsen – og trives med at ville meget i livet
- at finde retningen for dit liv
- at finde energien, så du er skarp om dagen og har overskud om aftenen

De to foredragsholdere har vidt forskellige erfaringer: Psykolog Henrik Leslye, der trods alle gode gængse råd selv blev ramt af udbrændthed, og iværksætter Soulaima Gourani, der arbejder +80 timer om ugen og trives (Glæd dig til at høre hvordan det kan lade sig gøre).

Soulaima Gourani har tidligere arbejdet for globale giganter som Hewlett-Packard og A.P. Møller Maersk og er rådgiver for nogle af verdens største virksomheder. Derudover er hun forfatter og sidder i en række bestyrelser og meget mere.
Henrik Leslye er cand.psych., aut. klinisk psykolog

DATO

12.01.2027 19:00 - 12.01.2027 21:00
Uge 2

STED

Eksercerhuset
Øster Voldgade 16
7000 Fredericia

KOMMENDE FRIST

15.12.2026 11:59

KURSUSBEVIS

Nej

PRIS

100,00 DKK

samt rådgiver, underviser, foredragsholder og forfatter.

Dato, tid & sted
Tirsdag d. 12. januar kl. 19.00 - 21.00
Eksercerhuset, Øster Voldgade 16, 7000 Fredericia

Pris
100 kr. pr. person
Det er muligt at medbringe 1 ledsager/gæst

Deltagerforudsætning
Deltagelse kræver medlemskab af TL forbund
Tilmeldingen er bindende og det er ikke muligt at refundere eller videregive pladser

Arrangementansvarlig
TL Syddanmark, Regionsformand Bodil Sejer, bse@tl.dk

Spørgsmål
Har du spørgsmål til din tilmelding, så skriv til tlarrangementer@tl.dk

GDPR
Ved tilmelding accepterer du, at TL må dele dit navn, telefon nr. og e-mailadresse med den arrangementansvarlige