METTELISE BOEL FINCKS · KLANG

Ro midt i arbejdsdagen

Mettelise har baggrund som produktionsingeniør og leder. I dag skaber hun pauser med klang på arbejdspladser, teamdage og konferencer. Ingen forudgående erfaring er nødvendig.

Det kan klang give jer

En pause, der bliver holdt

Alle stopper op på samme tid. Ingen skærme, ingen dagsorden, ingen præstation. Alle mødes på lige vilkår

En fælles oplevelse

Alle får fornyet energi, ro og nærvær. Klang er et stærkt supplement til eksisterende indsatser i virksomheden.

Trivsel, der er let at sige ja til

Faste pakker med klar pris og varighed. Mettelise kommer til jer og stiller selv op. Kontakt mig ved særlige ønsker.

Pakker til virksomheder

Priser ekskl. moms og transport

60 MIN · OP TIL 30

Pausen

Kort introduktion, klangmeditation siddende eller liggende og en stille afrunding.

Det giver jer: et fælles stop i en travl periode, uden at det tager en halv dag.

3.000 kr.

90–120 MIN · OP TIL CIRKA 40 PERSONER

Teamdagen

Oplæg om pauser set fra lederstolen, klangmeditation og fælles refleksion.

Det giver jer: et andet rum at være sammen i og en samtale om, hvordan I holder pauser.

8.000 kr.

4 × 60 MIN · OP TIL 15

Forløbet

Fire sessioner med samme gruppe over to til tre måneder. Tid til refleksion og fordybelse.

Det giver jer: en trivselsindsats med rytme, som medarbejderne kan se frem til.

15.000 kr. for hele forløbet

60 MIN · OP TIL 30 PR. HOLD

Medarbejdergoden

En klangtime i frokostpausen eller efter arbejdstid.

Det giver jer: et synligt gode, der viser, at pauser er velkomne.

3.000 kr.

Til konferencer og events

Priser ekskl. moms og transport

Formater, der passer ind i et stramt program, fungerer i en stor sal og kan beskrives med én linje i programmet.

Pausen i programmet

20–30 MIN · OP TIL CA. 40

En fælles klangpause i plenum mellem to tunge programpunkter eller efter frokost.

Det giver jer: et åndehul i programmet, før salen går videre til næste oplæg.

4.000 kr.

Rorummet

3–5 × 25 MIN · 15–25 PR. SESSION

Et separat rum hvor der kører korte klangsessioner i løbet af dagen/aften.

Det giver jer: et synligt tilbud til deltagerne, der ikke koster programtid.

7.500 kr. halv dag · 12.000 kr. hel dag

Fra produktionslinje til pause

90-120 MIN · OP TIL CIRKA 40 PERSONER

Et oplæg om, hvorfor en ingeniør og leder endte med at arbejde med pauser og ro, efterfulgt af en fælles klangpause.

Det giver jer: et indslag, der taler til ledere og fagfolk på deres eget sprog.

8.000 kr.

Samlet konferencepakke

Klangpause i plenum om formiddagen og Rorummet resten af dagen.

15.000 kr.

Godt at vide

- Alle priser er ekskl. moms og transport.
- Opstilling 30–45 min før start i et uforstyrret lokale.
- Har du særlige ønsker og behov, så kontakt mig for en uforpligtende snak.

Forespørg på en pakke

Skriv, hvilken pakke I er interesserede i, dato, antal deltagere og sted.

metteliseboelfincks.dk
info@metteliseboelfincks.dk
23394654