



# ILOA IMPROSTA ESIINTYMISEEN RENTOUTTA

**KUULUUKO TYÖHÖSI ESIINTYMISTÄ?**

**SISÄLTÄÄKÖ TYÖ KOKOUKSIA, KOULUTUKSIA, LUENTOJA, VALMENNUSTA...?**

**TÄMÄ KOULUTUS VAHVISTAA PARHAITA PUOLIASI ESIINTYJÄNÄ**

- ▶ Kuinka luoda hyvä tunneyhteys kuulijoihin
- ▶ Kuinka kehonkieli vahvistaa sanomaa
- ▶ Miten ylläpitää hyvää vireystilaa kuulijoissa
- ▶ Kuinka vähentää esiintymisjännitystä ja saada lisää rentoutta
- ▶ Improvisaatiotaidoista saat keveyttä ja iloa esiintymiseen

**VOIT VALITA: TOIMINNALLINEN KOULUTUS 3H TAI VALMENNUSPÄIVÄ 6H**

**OTA YHTEYTTÄ, SOVITAAN TEILLE SOPIVA AJANKOHTA, YHTEISTYÖTERVEISIN *Meeri***

**Meeri Ruohonen**  
Henkilöstövalmentaja  
NLP Trainer, CSLE, Työnohjaaja, Draamapedagogi  
[WWW.PODESTE.NET](http://WWW.PODESTE.NET)  
[meeri.ruohonen@podeste.net](mailto:meeri.ruohonen@podeste.net)  
Gsm. +358 40 539 6160

