

Deskundig & ervaren

Bij ZwedenTrainingen worden zowel de survival- als de psychologische aspecten van de training altijd verzorgd door goed gekwalificeerde trainers. Dit zijn deels lokale Zweden (voor de wilderness) en voor de EQ - training zijn dat Nederlanders. Een trainingsgroep bestaat uit ongeveer acht deelnemers, twee trainers, een gids en een bivak-maker. De deelnemers kunnen mensen uit één bedrijf of instelling zijn, maar het is ook mogelijk een groep samen te stellen uit individuele aanmeldingen.

- onze trainers zijn geselecteerd op kennis, ervaring en inzet
- op onze site kunt u nader kennismaken met onze medewerkers

Activiteiten

Een volledig programma loopt van maandag t/m vrijdag - uit en thuis. De survivaldagen vormen daarbij het grootste deel van de EQ - training.

De zwaarte van het programma wordt in overleg met de opdrachtgever vastgesteld. Zo is er 's winters de keuze tussen verblijf in een zelf te bouwen sneeuw hut in de wouden of 's avonds terugkeren naar de veilige beschutting van onze 'torp' met de warmte van een houtvuur, de olielampen en een 'dass', ofwel buitentoilet.

De activiteiten zijn steeds afgestemd op de mogelijkheden die de natuur ons biedt.

Voorjaar tot in de herfst:

- dag en nacht in de open lucht
- zelf eten zoeken in de natuur
- een veilige slaappleaats maken

In de winter:

- schaarste in de natuur
- 's nachts een dak boven uw hoofd
- ijsvissen en het verzamelen van basismateriaal.

Toch ook luxe

Na aankomst in Zweden ontvangen we u in het prachtig gelegen hotel aan een van de rustieke Zweedse meren. U krijgt een gerieflijke kamer en de mogelijkheid tot gebruik van de 'bastu' (sauna) in het eigen gebouw óf aan de oever van het meer. Na een intensief verblijf in de wilderness wordt u daar weer hartelijk ontvangen. Dan zult u dubbel genieten.

Enthousiast geworden?

Voor meer informatie kunt u contact met ons opnemen:
Telefoon: 0046 (0)70-5212547



ZwedenTrainingen, Mossängsvägen 110,
684 91 Munkfors, Zweden
E-mail: info@zwedentrainingen.com

○ Intelligent omgaan met emoties

EQ Survival.

○ Ontdek uw tools
intelligent omgaan
met emoties

teambuilding, coaching, selectie,
effectief communiceren, reïntegratie

Emotionele Survival

u is dat de bijbehorende vaardigheden goed zijn te trainen. Bij *ZwedenTrainingen* leert u om uw talenten en eigenschappen op verschillende momenten succesvol in te zetten. Ons programma begint met het afnemen van de EQ-i-test van Reuven Bar-On. Deze test is wetenschappelijk onderbouwd en u zult verrast worden door de duidelijke en bruikbare uitkomsten.

- **individuele testresultaten worden in de training verwerkt**
- **u krijgt zo een bijzonder effectieve individuele feedback**
- **na afloop worden de actuele werkpunten besproken**
- **zo nodig wordt een nader aanbod gedaan**

Concrete resultaten

De inzet van *ZwedenTrainingen* is u te helpen bij resultaatverbetering. Dit bereiken we door het exploreren en vrijmaken van krachtbronnen binnen teams. Op basis van onze testen (meten is weten) en ervaringen tijdens de training krijgen wij en de deelnemers een scherp inzicht in ieders mogelijkheden. Uit ervaring weten wij: door het inzicht komt de weg tot groei vrij. Dat geldt zowel de individuele deelnemer als het team. Per beroepsgroep verschillen de eisen die aan het team gesteld worden. Vormt uw team een vruchtbaar geheel? Ontdek en verbeter het samen met ons.

- **wij helpen het teamlid sterker te worden**
- **tegelijk helpen wij het team als geheel te versterken**
- **een sterk team is meer dan de optelsom der delen**



Krachtbronnen in uzelf

In een van de laatste oerbossen van Europa in Midden-Zweden leert u bruikbare survivaltechnieken, die meer zijn dan louter overlevingstrucs. Daarbij doet onze training een beroep op uw gezond verstand, gevoel, intuïtie en stressbestendigheid, maar wij dagen u vooral uit om onvermoede krachtbronnen in uzelf aan te boren. U zult nog versteld staan...

Tijdens de training bieden wij ruimte voor gesprekken met de trainers en voor reflectie. *ZwedenTrainingen* is uniek in de koppeling die we maken tussen de uitkomsten van een EQ-test, uw directe ervaringen en uw werksituatie. Zo worden belevenissen in de natuur tot doorleefde leerervaringen die uw functioneren en presteren wezenlijk en blijvend zullen verbeteren.

De krachtige combinatie van oer-natuur, survival en psychologische uitdaging is het geheim van ZwedenTrainingen.

Emotionele Intelligentie voorspelt succes

Emotionele Intelligentie, ofwel EQ staat voor het kunnen omgaan met de eisen uit uw werk- en leefomgeving. EQ voorspelt succes in het leven. Het goede nieuws voor

Ontmoeting met de Bruine beer?

Deze regio vormt het kerngebied van de Scandinavische wolvenpopulatie. Ook de Europese bruine beer komt hier veelvuldig voor. Daarnaast vinden we er de lynx. Deze roofdieren zien we meestal niet - zij proberen ons te ontlopen. Toch is een ontmoeting zeker niet uitgesloten en bereiden we ons daarop voor in de training.

Meesters in maatwerk

Wij verzorgen trainingen voor teambuilding, selectie, reïntegratie, coaching, outplacement, maar dat zijn grove aanduidingen en wij werken juist heel specifiek. Bij *ZwedenTrainingen* maken wij voor u een programma op maat.

- **wij luisteren nauwkeurig naar de opdrachtgever**
- **we bepalen doelstellingen in overleg**
- **elke deelnemer zien we als een individu**
- **u krijgt een uniek aanbod - elke training is anders**