

# Mer än hjärna!

## Jobba smart och må bra



Varför blir vi så lätt händelsestyrda? Hur kommer det sig att en majoritet av svenskarna går hem ifrån jobbet med en känsla av att inte vara klara, och detta som ett normaltillstånd?

Anna ger oss aha-upplevelser om varför många av oss anstränger oss så hårt och mycket, men ändå inte hinner med. Hon upplyser oss hur vi kan bli bättre på att ta hand om och styra vår hjärnkraft. Hon delar ut "nycklar" till självstyrning som hjälper oss toppa vår prestationsförmåga samtidigt som vi känner oss nöjdare och mår bättre.

Annas föreläsningar ger motivation till förändring. Hennes gedigna erfarenhet gör att hon kan relatera till och exemplifiera från ett brett fält av verksamheter och arbetssituationer. Hon fångar oss där vi är och ger oss konstruktiva råd som hjälper oss känna oss nöjdare när vi går hem från jobbet.

**En föreläsning inkl. 10 böcker kostar från 20 000 kr exkl. moms.**

Detaljerad prislista med villkor fås på begäran. [anna.zetterberg@motive.se](mailto:anna.zetterberg@motive.se)



**Anna Zetterberg** är prestations- och motivationskonsult med 20 års erfarenhet. Hon arbetar med konsultation för ledningsgrupper och ger workshops, föreläsningar och coachning på grupp- och individnivå. Annas expertis är att hon sätter in dagens arbetsmiljöutmaningar i ett neurobiologiskt sammanhang vilket uppskattas mycket av hennes klienter. För att kvalitetssäkra den vetenskapliga grunden samarbetar Anna med Henrik Zetterberg, professor inom kemisk neurologi vid SU.

Annas första bok "Mer än hjärna! Jobba smart och må bra" kom 2015 och släpptes 2018 i en uppdaterad pocketupplaga. 2019 släpptes den andra boken "Stressa hjärna – gör stressen till en positiv kraft".