



For hodet

Påfyll i hverdagen

Trenger du påfyll til konferanseinnholdet?
Vi har meningsfylte kurs du kan komplettere med.

- **Motivasjon**
Se mulighetene, ikke begrensningene
- **Mestring og arbeidsglede**
Skep en kultur på arbeidsplassen som fremmer mestring, motivasjon og læring
- **Tydelig, trygg og modig ledelse**
Et skråblikk på ledelse, lederrollen og hvem du er som leder
- **Konflikthåndtering, førstehjelp og hjertestarter**
- **Kommunikasjon**
En verktøykasse til bruk på arbeidsplassen

Våre samarbeidspartnere

- **Atle Haglund**
- **EKY Kompetanse**
- **Petersen Konsult**
- **Ennea, Dorte Lie**



For ganen

Mat og drikke

Koble av med ny kunnskap om vått og tørt.
Lokalt og internasjonalt.

- **Smak av Numedal**
med lokalprodusert mat og drikke
- **Kaffelag**
Stell i stand til kaffeslabberas
- **Ølsmaking NSB**
Ølkunnskap med smaksprøver
- **Vinsmaking**
Fra Italia til Lampeland
- **Ost og øl**
Vi viser hvordan øl kan passe godt sammen med ost.

Våre samarbeidspartnere

- **Per Morten Hegna**
- **Aproposmak**

Lampeland
HOTELL



For kroppen

Ut i frisk luft

Fysisk aktivitet og frisk luft har stor innvirkning på vår ytelse i en hektisk kursdag.

- **Gokartkjøring**
- **Tur til Jørnsplassen**
Vår husmannsplass fra 1700-tallet
- **Gårdsbesøk hos Farmen Fløtterud**
- **Besøk hos Numedal StasjonsBryggeri**
- **Våre samarbeidspartnere**
 - **Sigdal motorsport**
 - **Per Morten Hegna**
 - **Farmen Fløtterud**



For hjertet

Hygge

Koble av og koble ut med morsomme aktiviteter og innslag.

- **XL sjakk**
- **Stand up**
- **Lampeland Quiz**
- **Kulturelt innslag**
Folkedans og kveding
- **Våre samarbeidspartnere**
 - **Jan André Olsen**
 - **Gro Brattås Borge**
 - **Pål Flotaker**