

Hei,

Olen Emili Osara Espoosta ja koulutukseltani olen kauppatieteiden maisteri, LCF Life Coach Master, NLP Practitioner Master ja Mind Coach -stressinhallintavalmentaja.

Minulla on yli 20 vuoden kokemus hyvinvoinnin edistämisestä Suomessa ja kansainvälisesti mm. YK-järjestöistä. Yrittäjänä olen toiminut 15 vuoden ajan.

Terveys ja hyvinvointi on aina ollut lähellä sydäntäni ja haluan tuoda hyvinvointia ihmisille. Minut voi tilata vaikka päiväksi työpaikalle. Teen räätälöityjä webinaareja eri hyvinvointiteemoilla mm. stressinhallinta. Olen hyvin konkreettinen, eli haluan, että jokainen hyötyy valmennuksista ihan sinne omaan arkeen ja omaan päivittäiseen työelämään. Nautin, kun asiakas saa oivalluksia ja pääsee elämässä eteenpäin tai asiakkaan arki helpottuu ja hyvä olo lisääntyy.

Palvelujani ovat mm.

-yksilövalmennukset (etänä tai pääkaupunkiseudulla mahdollisuus lähitapaamisiin)

-ryhmävalmennukset

-tyky-päivät

-webinaarit

-minut voi tilata päiväksi työpaikalle, jolloin henkilökunta voi varata yksilövalmennusaikoja omalla työpaikalla (lähinnä pääkaupunkiseutu), myös etävalmennus mahdollista

Aiheina voivat olla esim.

-stressinhallintavalmennukset

-ideointipäivät/sparrausapu liiketoiminnan kehittämiseen

-ongelmanratkaisu valmennuksellisin keinoin

-stressinhallinta ja priorisointi työssä

-tavoitteiden kirkastaminen ja oikein askelin eteenpäin

Ota yhteyttä, niin mietitään, miten voisin auttaa juuri Sinua (alkukartoitus ei maksa mitään eikä velvoita mihinkään).

Ystävällisin terveisin,

Emili Osara

Muutos- ja stressinhallintavalmentaja, KTM

emiliosara
VALMENTAJASI

Harjunhovi Oy
Ruusutorpanpuisto 4 a 7
02600 Espoo, Finland
050 5854042
www.emiliosara.fi
emili.osara@emiliosara.fi