

2018-10-27

# NÄTVERKSTRÄFF 11 DECEMBER

Årets nätverksträff blir traditionsenligt den andra tisdagen i december – den 11 december. Avsätt dagen för ACT – Acceptance and Commitment Therapy – och kvällen för mat, dryck och nätverkande!

## TID OCH PLATS

Vi ses igen på Piperska Muren, på Kungsholmen i Stockholm. Vi börjar med samling och morgonkaffe klockan 09:00. Program är schemalagt fram till klockan 19 på kvällen. Efter det kopplar vi av med mat, dryck och nätverkande.

## PROGRAM

Efter morgonkaffet börjar vi klockan 09:15. Programmet pågår till kvällen med avbrott för kaffe och lunch. I år kommer vi tillsammans med Daniel Ek att få en djupare inblick i ACT – *Acceptance and Commitment Therapy*:

### EN UPPLEVELSEBASERAD INTRO TILL ACT

Under den här heldagen kommer du få en enkel och översiktlig teoretisk bakgrund av ACT, *Acceptance and Commitment Therapy* (Training) och få uppleva ACT huvudsakligen genom övningar och reflektioner. Workshopledare är Daniel Ek som är leg. psykolog, författare och ACT-tränare och som arbetar med ACT för både individer och grupper. ACT kallas för tredje vågens KBT och har gott stöd i forskningen för att bland annat förebygga stress och öka arbetsengagemanget. Daniel kommer även presentera delar från *Prosocial* som är ett samarbete mellan evolutionsforskare och psykologer som syftar till att skapa hållbarhet och samarbete i grupper.

## ANMÄLAN

Jag behöver din anmälan senast den 16 november. Skicka den till mig: [leif.cervin@thesweden.se](mailto:leif.cervin@thesweden.se).

Som vanligt är det självkostnadspris som gäller. Det kommer att kosta 3 400 kronor plus moms och då ingår för- och eftermiddagskaffe samt lunch och kvällens buffé med drycker.

Vi ses!  
Hälsningar,

Leif

Leif Cervin  
070-491 76 51

