

PEAK RECOVERY



Nytt år & nya mål att nå?

Livet är en konstant sanning, du får det du skapar

Underlag för årlig inventering

I all utveckling eller arbete med mål och vision är det viktigt med inventering och bokslut. Liksom ett företag är det av stor vikt att vid årets slut göra en inventering av det gångna året för att därigenom veta vad du har när du börjar ett nytt år. Denna inventering är till för att du ska kunna sätta nya mål samt få en uppfattning om dina styrkor, brister och defekter. Det kan även vara så att du kommer fram till att helt ändra din målbild.

Här följer nu ett antal frågor som du kan använda för din inventering:

- Vad hade du för mål det här året?
- Är de målen uppfyllda? (om inte, beskriv varför)
- Har sett något mönster under året som du vill ändra?
- Är det något beteende som du ser/har eller på annat sätt är medveten om som du vill ändra?
- Har någon eller några gett dig återkommande feedback som du bör beakta?
- Finns det någon relation till någon person som du bör förändra?
- Har du någon energitjuv i din närhet som du bör ta bort?
- Är det något av dina mål som inte alls passar in?
- Har du gjort något extra bra?
- Har något hänt som inte du kunde förutse?
- Har du förändrat din målbild under året?
- Har du gjort några positiva förändringar under året?
- Har du förbättrat eller försämrat din ekonomi?
- Hur ser och stämmer dina resultat med dina mål?
- Hur stämmer din måloppfyllnad med din visionskarta?
- Är det något som du beslutat som du inte genomfört?

Du har säkert själv fler frågor till dig i din inventering i ditt "aktiebolag" beroende på vad du hade för mål. Svara även på dina egna frågor.

När du svarat på dessa frågor så gör en konsekvensbeskrivning utifrån svaren. Vad har året inneburit för dig? Positivt/Negativt

Nr 1 år 2012

Våra program/utbildningar



Dynamics Recovery är vårt program för missbruk och beroende på Las Palmas. Vill du bli fri från ditt problem? Ring Kelly på 073-4431325 eller mail kelly@peakrecovery.se



Resan i Resan genomförs i samverkan med Resman AB som är arrangör av denna workshop. En resa i världen samtidigt en resa i dig. Första resan går den 26 mars det finns 6 platser. Ring Yvonne på Resman 070-5929898 eller Kelly på Peak Recovery 073-4431325

Våra Kurser



En kurs i Mirakler. Vägen till mer insikt och kunskap om dig själv. En person sa till mig, efter detta kan jag välja ett liv istället för ett krig



De 7 Mästarstegen. Vet du vad du vill? Vet du hur du ska nå det du vill? Har du verktygen? Denna kurs ger dig det du behöver för att lyckas

Livet är det som pågår medan du gör en massa andra saker som inte har något med dig att göra

Vill du leva ett liv eller föra ett krig? Det blir vad du gör det till

Nu när du har din inventering och din konsekvensbeskrivning så är det dags att sätta nya mål eller kanske rent av ta tag i de som du inte gjort det gångna året. Det är även dags att se över din visionskarta, affärsidé, marknadsföring mm.

Här följer några frågor inför det kommande året:

- Vad har du för mål?
- Vad har du för vision?
- Vad ska du förändra i år?
- Vart kommer ditt fokus att ligga?
- Vad har du för resurser att nå dina mål?
- Vilka personer skall du ha i din omgivning?

- Vad har du för ekonomiska mål?
- Vad har du för relationsmål?
- Hur vill du att ditt ledarskap skall synas kommande år
- Hur vill du att andra skall uppfatta dig i år
- Vad har du för prioriteringar i år

Inventeringen och det nya årets plan skall vara den handlingsplan som ska ta dig till dina mål detta år. Var noga med din struktur, disciplin och auktoritet gentemot dig själv. Skaffa dig rutiner som gör att du lättare fångar upp defekter, brister, och styrkor så tidigt som möjligt.

Resan i Resan

-en förändrings resa för dig som VILL-

Detta är en workshop som genomförs i samverkan med Resman AB. Syftet och målet med dessa workshops är att få en start till en förändring i livet. Början till en livsstilsförändring. Här kombinerar vi en resa i världen med en resa i dig själv. Vart du reser i dig själv tar vi reda på med hjälp av våra kartläggningar innan du åker. Att jobba med sig själv samtidigt som du befinner dig på en annan plats har vi sett som en stor fördel av tidigare genomförda workshops. Tiden kan variera från 5-10 dagar exklusive resdagar.

Workshopen är kombinerad med upplevelser, avkoppling,

föreläsningar, aktiviteter, enskilda moment för dig och det som du vill arbeta med. Gemensamma moment är främst föreläsningar och föredrag där vi jobbar tillsammans med livsstilsförändringar. Resan i Resan är uppbyggd på ett sådant sätt att vi skapar balans mellan dina individuella önskemål och behov och gemensamma aktiviteter. Du har egen avdelad tid med "lifecoachen" som leder workshopen. Moment och övningar är uppbyggd med hänsyn till den kartläggning som vi genomför innan avresa.

Första resan går den 26 mars, det finns 6 bokningsbara platser. Vill du resa ? Ring Yvonne på Resman AB på 070-5929898 eller Kelly på Peak Recovery 073-4431325.



"Om du tänker som du alltid har tänkt, då gör du som du alltid har gjort, och då blir det som det alltid blivit"

Peak Recovery AB



Kelly Pienitzka
www.peakrecovery.se
kelly@peakrecovery.se
073-4431325

Resman®

Dalarna Sverige Världen

Yvonne Astor
www.resaniresan.se
www.resman.se
yvonne@resman.se
070-5929898