

Tidsverkstad

Tre dagars time-out i Skagen, Danmark 7 - 9 mars 2001



Ett naturligt tillfälle för reflektion
och samtal om tiden och tillvaron

*”Trots att jag har det bra, mår jag inget vidare.
Det känns som att livet snurrar på och att jag följer med utan att riktigt
kunna påverka det själv.*

*Ändå trivs jag med jobbet och det mesta i min tillvaro.
men jag har en känsla i magen att jag kan få ut mycket mer av min vardag.*

Det är dags att ta tag i det här nu.”



Tid för time-out?

Den tid vi har till vårt förfogande är lika med vårt liv. Ibland kan både arbets- och privatliv kännas som att vi flyter med en stark ström och inte riktigt kan styra själva. Oavsett hur vi mår av det, är det vi själva som har ansvaret för att ta tag i rodet; att aktivt förvalta våra c:a 30.000 dygn och försöka få ut det som är viktigt för oss.

Och det är inte bara vårt eget välbefinnande som avgörs av hur vi lyckas hantera vår vardag. Människor runt omkring oss påverkas av hur vi bevarar balans och närvaro i både press och pauser – våra nära, våra kollegor, samt alla andra vi har att göra med i arbetet och resten av livet.

Då tillvaron känns trång kan det vara svårt att ta dyrbar tid till att stanna upp och fokusera funderingar på hur vardagen kan bli mer värdefull och verkningsfull. Än svårare att finna tid till samtal med andra, utbyte av tankar, erfarenheter och idéer till hur vi kan öka både livs- och arbetslivskvaliteten.

Kanske är det just då vardagen känns trång – eller tom – som en mindre time-out behövs som bäst.

Tidsverkstad i Skagen

I en Tidsverkstad får du tillfälle att stanna upp och lämna vardagsbruset under tre dagar. Här finns generöst utrymme för egna tankar och stimulerande samtal om hur vardagen kan utvecklas och bli mer värdefull.

Vi använder gott om tid till teman som är viktiga för välbefinnandet i vardagen:

- Förhållande till tiden
- Utveckla arbetssituationen
- Samarbete, gemenskap och relationer
- Ladda batterierna
- Framgång



I Skagen bor vi på Klitgården, ett unikt gammalt hus som ligger helt enskilt på stranden. Det uppfördes 1914 som sommarbostad till den danska kungafamiljen. Numera drivs Klitgården av en stiftelse som ett Refugium – ett ställe för fördjupelse och eftertanke. Både inom- och utomhusmiljön ger goda förutsättningar för nya perspektiv. Havet är alltid nära, liksom de oändliga öde stränderna. Det enda som bryter tystnaden är vågorna mot stranden. Distansen till vardagen är påtaglig.

Dagarna tillbringas vi delvis ute. Promenader på stränder och genom klitplantager underlättar reflektion. Vi rör oss stundtals i tyst sällskap med våra egna funderingar, ibland går vi och pratar två och två. Sedan samlas vi inomhus för värme, samtal, utbyte av tankar och idéer. Vi lär av varandra och lär känna varandra. Programmet pågår till 22.00 på kvällarna, men du kommer inte att uppleva någon brist på egen tid eftersom hela Tidsverkstaden är din egen tid.

Till denna Tidsverkstad inbjuds deltagare från både Sverige och Danmark, men vi kommer att genomföra programmet i två skilda språkgrupper. Vi är dock tillsammans i samband med måltiderna. Ledarna för Tidsverkstaden är båda svenska, men en av dem bor sedan flera år i Danmark tillsammans med sin danska familj.



Vad är en Tidsverkstad?

Tidsverkstaden har kommit till för att ge nutidsmänniskor extra utrymme för reflektion, tillfälle till goda samtal och för att underlätta agerande i riktning mot en önskad vardagssituation.

Tidsverkstaden finns i ett flertal olika former, men är alltid fri från färdiga lösningar och generella sanningar. Ledarna för Tidsverkstaden är inga experter på hur du ska leva ditt liv. Ledarens uppgift är att leverera frågor och ge deltagarna goda förutsättningar att komma fram till sina egna svar.

En Tidsverkstad är handlingsinriktad genom att stimulera till att göra egenhändigt tillverkade personliga ”åtaganden”. Dessa kan innebära att ta små eller stora steg i önskad riktning – konkreta saker vi vill göra eller nya förhållningssätt vi vill prova i vardagen. Programmet innehåller också ett antal brainstormingpass där vi bjuder varandra på idéer och tips till hur vi kan göra för att närma oss det vi vill.

Varje deltagare utformar sitt eget uppföljningssystem för att öka förutsättningarna för att ord omsätts till praktisk handling i vardagen. Det finns möjlighet till återträffar.

Ledare

Vi som leder Tidsverkstaden i Skagen heter Fredrik Warberg och Jack Schou (som bor i Danmark). Vi har båda lång erfarenhet som förändringsarbetare och konsulter, med inriktning på lednings- och förändringsfrågor, miljö, arbetsplatskultur och etik.

Föreningen Tidsverkstaden har som syfte att ge människor, arbetsgrupper och organisationer ökade förutsättningar till välbefinnande och hög verkningsgrad i det som är viktigt i vardagen.

Tider, mat och annat praktiskt

Vi samlas till kaffe på Klitgården kl 11.00 onsdag den 7 mars 2001 och programmet pågår till fredag den 9 mars kl 14.00.

Du som ska åka färja till och från Göteborg, kan åka från stan 07.30 onsdag den 7 januari och är tillbaka på fredag kl.18.30. Mer information om färjornas turlistor, vägbeskrivning och förslag till packlista får du i god tid före Tidsverkstaden.

Vi äter alla måltider på Klitgården och bor i vackra rum, de flesta enkelrum.

Kostnad och anmälan

Tanken är att din arbetsgivare eller ditt företag betalar för din medverkan, som en investering i individuell kompetensutveckling för ökat välbefinnande. Det kostar 5.800:- exkl. moms. I priset ingår mat, logi, samt material för och ledning av Tidsverkstaden. Om du betalar som privatperson kostar det 3.800 inkl. moms. Kostnader för resa till och från Klitgården och ev. öl eller vin till maten tillkommer.

Anmäl dig så snart som möjligt – det finns bara 6 platser i Tidsverkstaden – dock senast 2001-02-21. Anmälan är bindande, men skulle du tvingas boka av och gör det senast 7 dagar före, så får du tillbaka halva kostnaden.

Du kan ringa eller sända e-post till oss om du vill anmäla dig eller fråga om något.





Föreningen Tidsverkstaden

www.tidsverkstaden.se

Fredrik Warberg, tel. 0708-78 78 06, 031-743 75 77

e-post: fredrik@tidsverkstaden.se

Södra Larmgatan 12, 411 16 Göteborg

Jack Schou, tel/fax +45 -66 13 15 18

e-post: jack@worldcafe.dk

Skt. Jørgens Gade 62, 5000 Odense C, Danmark

