

Therese Albrechtson

TALARE



Föreläsare, Inspiratör, Keynote speaker & Entreprenör

Therese Albrechtson är inspiratören och föreläsaren som har gjort närmare 1000 scenframträdanden. Hennes föreläsningar förknippas med mycket energi och många tankvärda tankar som gör att man som åhörare vill skapa förbättring – På en gång! Therese står på flera föreläsningsscenen, men gemensamt för alla ämnen är att hon inte bara ger inspiration, mod och framtidstro, utan också konkreta verktyg.

Thereses populära föreläsningar handlar ofta om stress, press, psykisk ohälsa och ett hållbart liv. Therese föreläser också mycket om kvinnor i karriären, utbrändhet och jämställdhet. Denna föreläsning är baserad på en del av hennes mycket media uppmärksammade bok, "Dålig mamma... eller superkvinna?"

Therese har under många år även föreläst kring självledarskap, mod, attityd, positivt tänkande, att våga gå utanför komfortzonen och VÅGA för att VINNA! Dessutom har hon sin bakgrund inom entreprenörsvärlden. Hon startade tillsammans med en kollega utbildningen "Academy of Excellence" som är baserat på tio tillväxtnycklar.

Utifrån superentreprenörernas tips och experternas svar på vad som krävs för att få sitt bolag att växa så har Therese satt ihop en konkret föreläsning baserat på dessa tillväxtnycklar.

Utmärkelser:

- Europas bästa unga entreprenör
- Årets kvinna,
- EU-ambassadör för kvinnors företagande.

För fler: [Utmärkelser - Therese Albrechtson - Föreläsare Författare Inspiratör](#)

Exempel på kunder:

[Kunder | Therese Albrechtson - Föreläsare Författare Inspiratör](#)

Therese i media:

[Media | Therese Albrechtson - Föreläsare Författare Inspiratör](#)

Populära rubriker:

- Lyckas på jobbet, ha familj med hälsan i behåll?
- Hållbar livsstil
- F-ck psykisk ohälsa- hur skapar vi förändring? Självledarskap
- Våga vinna!
- Livet 2.0 - Stressen, pressen och digitaliseringen
- Nycklar för tillväxt

#Må bättre, prestera mer och bli ledaren i ditt liv

Ett tränat självledarskap och en inre trygghet är viktiga nycklar i en tid med ständig förändring, oro och osäkerhet. Under föreläsningen kommer det vara fokus på verktyg till ett aktivt och tränat självledarskap där vi tränar vår inre motivation även när livet inte är på topp och gnälliga kunder ringer. Vi lägger där stort fokus på självförtroende, självkänsla och tron på sig själv.

Kommer också att gå in på ämnen som att vända motgång till medgång, attityden och modet.

Mycket energi och pepp i kombination med konkreta verktyg som medarbetarna kan bära med sig i vardagen för att motivera sig själva. Genom förbättrade vanor och självreflektion är målet att det inte bara ger energi på kort sikt utan även långsiktigt bidrar till en mer hållbar livsstil.



- **SJÄLVLEDARSKAP - BYGG UPP DIN INRE MOTIVATION**
- **SJÄLVFÖRTROENDE, SJÄLVKÄNSLA & TRON PÅ SIG SJÄLV!**
- **INSTÄLLNING & ATTITYD**
- **VÄNDA MOTGÅNG TILL MEDGÅNG**
- **MOD**
- **HUR FÅR DU EN HÅLLBAR LIVSSTIL OCH MER ENERGI?**
- **FÖRBÄTTRA VANOR - DET ÄR DE SMÅ FÖRÄNDRINGARNA SOM GÖR DEN STORA SKILLNADEN!**
- **KONKRETA VERKTYG BLANDAT MED ENERGI & INSPIRATION!**