

GJENSIDIG MENTORING

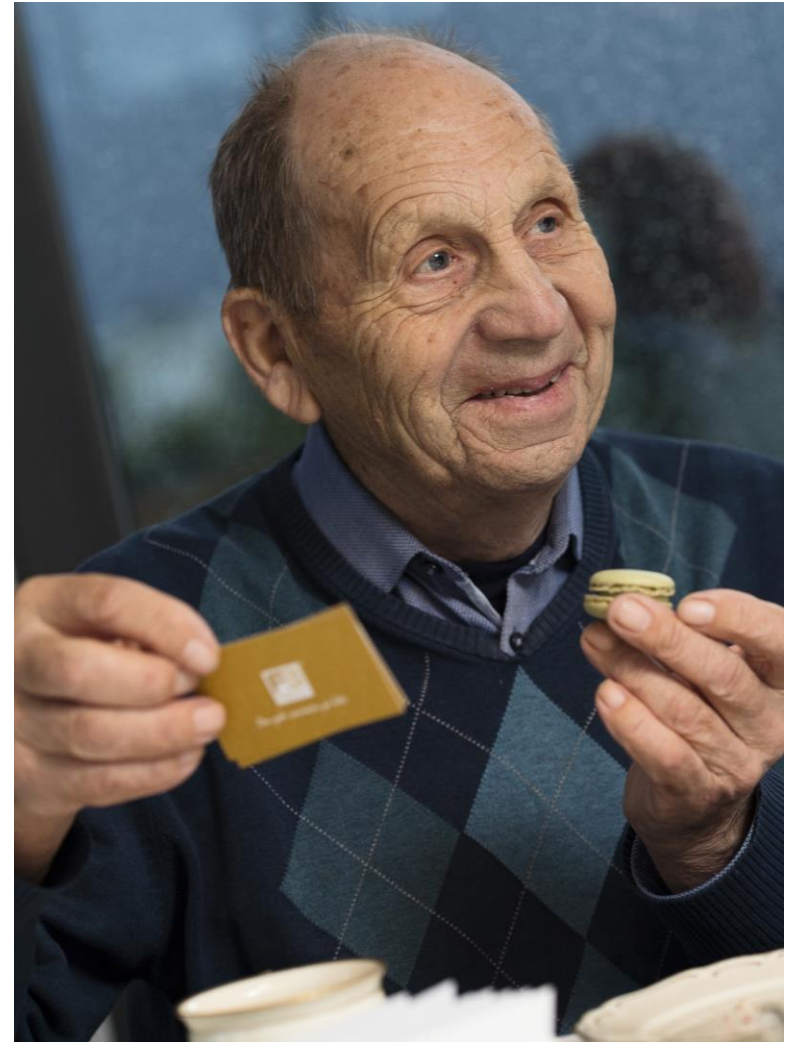
Berta Lende Røed
Gründer og CEO FUELBOX
Fuel It AS



FUELBOX



**16 ulike
bokser på 7
ulike språk**



Verdier
Mål og motivasjon
Mindset og perspektiver
Energi og inspirasjon
Relasjoner
Følelser og tanker
Selvledelse
Helse og livsstil
Selvinnsikt og ny utsikt
Profesjonell utvikling
Deg vol. 2



A wooden table with a bowl of fruit (grapes, tomatoes, oranges), a white coffee cup, and a white box containing several cards. The cards have Norwegian text. The background is a blurred person's arm and hand.

**Hvilke av dine positive egenskaper
snakker
du minst om?**

FUELBOX MENTOR PROGRAM

- ✓ Utforske og utvikle deg selv personlig og profesjonelt sammen med andre
- ✓ Kobling med en gjensidig mentorpartner
- ✓ Mentoring i grupper
- ✓ Inspirerende og lærerike foredrag og workshops
- ✓ Hjelp til konkrete utfordringer og prosesser
- ✓ Bidra til andres utvikling; trening i å coache andre
- ✓ Utvide nettverk og skape nye relasjoner

FUELBOX MENTOR PROGRAM

For organisasjoner som ønsker å utvikle sine ansatte, styrke relasjoner og bygge kultur sammen.



1. FELLESSLAMLING

Kick off
Foredrag
Gruppementoring
Speed Dates Mentorpar



MENTORPARMØTER
FuelBox MENTOR
Egne case



2. FELLESSLAMLING
Foredrag
Coaching teknikker
Gruppementoring



MENTORPARMØTER
FuelBox MENTOR
Egne case



3. FELLESSLAMLING
Foredrag
Gruppementoring
Speed Dating



MENTORPARMØTER
FuelBox MENTOR
Egne case

MENTORPROGRAMMET

Trainee Sørvest

2020

MENTORPAR MØTER ca 2 timer
FuelBox MENTOR 1t
Egne case 1t

1. Møte

Verdier
Mål og motivasjon

2. Møte

Følelser og tanker
Selvledelse

3. Møte

Selvinnsikt og ny utsikt
Deg vol 2.

4. Møte

Selvalgt kategorier

FUELBOX

FuelBox MENTOR

1. Trekk et kort fra utvalgt kategori.
2. Begge skal dele sine refleksjoner til dette spørsmålet.
3. Husk å utforske hverandres svar med oppfølgingsspørsmål.
4. Dersom et spørsmål ikke er relevant for dere, legg det tilbake og trekk et nytt.
5. Når dere kjenner dere ferdig snakket, trekk et nytt kort.

Egne case

Legg frem en utfordring eller mulighet som dere står i.
Utforsk den andres case med egne spørsmål.
Del perspektiver, erfaringer, synspunkt og Innsikt.

FUELBOX

MENTORPROGRAMMET

Trainee Sørvest

2020



post@fuelbox.no



+47 95758739



www.fuelbox.no



[@fuelboxnorge](https://www.instagram.com/fuelboxnorge)



[Fuelbox](https://www.facebook.com/Fuelbox)



[Fuel It AS](#)
- The [FuelBox](#) Company

FUELBOX

FUELBOX MENTOR PROGRAM

For organisasjoner som ønsker å utvikle sine ansatte, styrke relasjoner og bygge kultur sammen.

- ✓ **UTVIKLING AV MENNESKER**
- ✓ **TVERRFAGLIG RELASJONSBYGGING**
- ✓ **FOKUS PÅ MANGFOLD**
- ✓ **KOMMUNIKASJONSTRENING**
- ✓ **KULTURBYGGING**

- ✓ **KULTUR- OG KOMPETANSEUTVIKLING**
- ✓ **ØKE HVERDAGSLÆRINGEN PÅ ARBEIDSPLASSEN**
- ✓ **KONTINUERLIG FOKUS PÅ DELING, LÆRING OG VEKST**
- ✓ **ORGANISERES OG IMPLEMENTERES AV ERFARNE FOREDRAGSHOLDERE OG KURSLEDERE I FUEL IT AS**
- ✓ **KAN ENKELT DRIFTES VIDERE AV INTERNE RESSURSER**

People will forget

what you said

People will forget

what you did

But people will never forget

how you made them feel

fuel

- Maya Angelou -

WWW.FUELBOX.NO