

# Nätverket för Unga Ledare Grupp 2 2019

## Mindfulness och yoga med Bethany Kokaia

Vi ses på Yoga Roots Malmö där vi under dagen kommer att få lära oss mer om mindfulness och yoga samt utöva en del praktiska övningar.

*Denna dagen rekommenderar jag bekväma kläder.*

### Lite att fundera på inför dagen:

- Vad betyder ett mindfult ledarskap för dig?
- Hur kan ett mindfult ledarskap positivt påverka mitt företag och dess anställda?
- Vilka verktyg behöver jag för att bli en mer reflekterande och självmedveten ledare?

*För anmälan och mer information, kontakta Agneta Lindroth.*

## Kontaktpersoner

### Agneta Lindroth

040-690 24 06

[agneta.lindroth@handelskammaren.com](mailto:agneta.lindroth@handelskammaren.com)

## Plats

Yoga Roots Malmö, Föraregatan 1, Malmö

## Praktiskt

### Datum och tid

17 mars 2020

09:00 - 16:00

### Plats

Yoga Roots Malmö,  
Föraregatan 1, Malmö

### Pris & övrig information

*Kostnadsfritt för medlemmar i Nätverket Unga Ledare.*

För mer information, kontakta [Agneta Lindroth](#).



## Läs mer

<https://handelskammaren.com/evenemang/natverket-for-unga-ledare-grupp-2-2019-3-4/>



**Handelskammaren**  
I sydsvenska företags intresse