

TIMEOUT

Om klockan, kalendern, karriären och kroppen Föreläsning / teater med Görhan Hellström

Det är inte tiden som går, det är du som lever. Du stressar inte för att du har ont om tid, du har ont om tid för att du stressar. Du hinner, om du vågar välja.

Ur innehållet:

- Att leva i full karriär
- Jaga klockans tid
- Arbetets tider
- Jobba övertid
- Vår biologiska klocka
- Leva med framförhållning
- Tid är pengar, pengar är tid
- Trender eller tidlöst
- Tid och konsumtion
- Egen tid, andras tid och fritid
- Leva nu, nyss eller sen
- Ligga rätt i tiden
- Tid, åldrar och generationer
- Tidsoptimister
- Spara tid
- Vad är kvalitetstid?
- Slow management
- Ekologiskt medarbetarskap
- Hur hinna med allt?
- Tid att räkna till för allt och alla
- Hur tar man vara på tiden
- Hur man slösar med tiden
- Tid att koncentrera sig
- Jäkt och stress
- Tid att sova
- Tid att älska, tid att leva

Om Görhan Hellström

Avhoppad akademiker med litteraturhistoria och sociologi som huvudämnen. Annars är jag välutbildad av livet och en obotlig nyfikenhet. Två gånger har jag nominerats till Sveriges bästa talare och jag har tre gånger fått TCOs kulturstipendium samt det hedervärda priset "Guldlövet" för mina insatser för en bättre psykosocial arbetsmiljö. Jag är dessutom distriktmästare i scouterna i livlinekastning och eldning (!)

