



Tuula Stolt

Kulturnyheter i Kristinestad- Kulttuuriuutisia Kristiinankaupungissa

På stadsbiblioteket / Kaupunginkirjastossa

lördagen/lauantaina 7.4 kl 13.00

Författare / föreläsare

Kirjailija / luennoitsija

RONNIE GRANDELL



© Elina Relander

Ronnie Grandell som är född och uppvuxen i Kristinestad arbetar som arbetshälsovårdpsykolog och ledarskapscoach i Åbo. Han har skrivit två böcker, den ena om självmedkänsla och den andra om självkritik. Grandell har specialiserat sig på att hjälpa människor som kämpar med stress, utmattning, ångest och människorelationer. Under åren har Grandell också sparrat och tränat ledare, idrottare och musiker till utveckling och bättre prestation.



Kristiinankaupungista kotoisin oleva Ronnie Grandell on myötätuntokeskeiseen psykoterapiaan erikoistunut turkulainen työterveyspsykologi ja johtajuuscoach. Grandell on kirjoittanut kirjan itsemyötätunnosta ja hänen uusin kirjansa käsittelee itsekritiikkiä. Ronnie Grandellin erikoisalana ovat ihmiset, jotka kamppailevat stressin, uupumuksen, ahdistuksen ja ihmissuhdeongelmien kanssa. Vuosien varrella Grandell on myös sparrannut johtajia, asiantuntijoita, urheilijoita ja muusikkoja suorituskyvyn nostamiseen ja elämästä nauttimiseen liittyvissä kysymyksissä.

tvåspråkigt tillfälle / kaksikielinen tilaisuus

VÄLKOMMEN! Tervetuloa!

med stöd från



**Svenska
kulturfonden**

med stöd från



**kulturfonden
svenska**