

Fri och Stark, Eva Swede i samarbete med Göteborgs Uppfinnareförening, GUF.

## Tuffhetsträning – Workshop, idéutveckling och personlig utveckling med PUFF, Personlig utveckling för Uppfinnare

Du som är idéutvecklare, uppfinnare, innovatörer, entreprenörer eller intraprenörer och utvecklar din idé möter ofta stora utmaningar på vägen. Det pågår flera parallella utvecklingsprocesser när man utvecklar en idé och i förändringsarbete. Det vi kan vara oförberedda på är vår egen personliga utveckling som löper parallellt där vi kan möta stora utmaningar när vi utvecklar något nytt.

Vi erbjuder en utbildning i workshopform med målet att du ska känna dig trygg och säker i din personliga process att utveckla din idé till en fysisk produkt eller tjänst som är till nytta för andra, socialt eller kommersiellt. En idé som du vill pröva att ta till marknaden eller nytta för samhället.

När man är mitt i den processen gäller det att stå stadigt med båda fötterna på jorden för att klara utmaningar som avser tid, ekonomi, privat tid, stress, att tänka om, ha ork, självledarskap, beslutsfattande, genomförande och mycket mer. Den här utbildningen finns för att Tuffhetsträna, ge dig verktyg och kraft att genomföra din idé.

Utbildare och workshopledare: Eva Swede

Omfattning: Flexibel 3 - 6 timmar. Även som föreläsning 1 timme.

Kurslitteraturen: PUFF, Personlig Utveckling för Uppfinnare

Var? När? Kostnad? Beroende på plats och omfattning, kontakta Eva

Innehåll, läs mer på Fri och Starks hemsida: [www.friochstark.se/foretagare-innovator](http://www.friochstark.se/foretagare-innovator)

Rubrik: "Tuffhetsträning – Workshop, idéutveckling och personlig utveckling med PUFF"

Välkommen att kontakta mig så kan jag berätta mer.

Eva Swede, Fri och Stark AB

0733-81 80 84, [eva.swede@friochstark.se](mailto:eva.swede@friochstark.se)

### Bakgrund till workshopen

Jag har på uppdrag av GUF skrivit PUFF – Personlig Utveckling för Uppfinnare som kom ut 2019. Våren 2019 höll jag en workshop för GUF:s medlemmar med skriften som grund. Efter det fick jag även i uppdrag att utbilda deltagarna i projektet UppfinnarLotsen som drivits av GUF med stöd av Vinnova under 2 år. Med PUFF som material har deltagarna erbjudits en utbildning uppdelad på två kvällar. Både på plats och via webb-sändning. Det är den vi erbjuder din förening/organisation.

### Om Eva Swede - några andra uppdrag

- SKAPA, medlem i beredningsgruppen för ett av Sveriges största innovationspris
- Projekt- och processledare - Innov8, Verktyg för entreprenöriellt lärande i gymnasieskolan
- Svenska Uppfinnareföreningen, projektledare, utbildning, uppfinnare och tjänsteinnovatörer
- "Växtkraft Huddinge"- Utbildningar för lokalt näringsliv i samverkan med Arena Huddinge
- Mentorsuppdrag och utbildare - Startup Stockholm, Nyföretagarcentrum, ALMI, Företagarna
- Företagare, ägare till Fri och Stark AB. Förändringsledare, samtalscoach och utbildare
- Mottog Huddinge kommuns Entreprenörskapspris 2014

Eva Swede. Fri och Stark AB. Tel: 0733-81 80 84 e-post: [eva.swede@friochstark.se](mailto:eva.swede@friochstark.se)

Adress: Dorpatsvägen 18, 122 37 Enskede, [www.friochstark.se](http://www.friochstark.se)