



## Välkommen på föreläsning med

**Jenny Wibäck**

*Starka tillsammans  
i träning, tävling och tanke*

**Lördagen den 6/10 kl. 10.00 – 12.00**

**Plats: Borås Brukshundklubb**

**Tävlingspsykologi / mental förberedelse för att trivas i tävlingssituationen.**

Vid sidan om poäng och meriter kan din hund vara en viktig och häftig källa för personlig utveckling.

Föreläsningen bygger på boken med samma titel och i innehållet ryms bland annat strategier för att stärka självförtroendet, hantering av prestationsångest, samt mental tuffhetsträning som du kan ha nytta av på fler områden i livet. Som en röd tråd ligger synen på sin hund som en medspelare som en god grund för att kunna skapa ett vinnande team.

*Ledorden i mitt arbete som pedagog är **Vilja Och Veta** - i den ordningen. Jag tror på arbetsglädjen som vårt viktigaste verktyg för att nå meningsfulla mål och jag tror på vikten av att göra sin grej, för att hitta arbetsglädjen.*

*Förkortningen råkar bli "VOV" :-)) och andra ledord för mitt arbete skulle kunna vara **hundar och motivation**. Jag coachar människor att motivera sina hundar och jag arbetar också med hur hunden kan vara en motivator för människor med särskilda behov.*

**Alla är välkomna.**

Medlemskort i Borås brukshundsklubb = gratis

Övriga intresserade 100 kr.