

LIVINGROOM

workspace



En plats för hälsosamt företagande

Livingroom drivs av coacher och terapeuter med visionen att skapa en varm och tillåtande miljö med rum för personlig utveckling och en hälsosam vardag. Hälsa är ett stort och brett begrepp och vi ser att vårt stora nätverk av coacher med ett varierat utbud av metoder, och ett nära samarbete dem emellan är vår största styrka. En väldigt stor del av vår vardag ägnar vi oss åt arbete. Därför är det minst lika viktigt att integrera hälsa i arbetslivet som på fritiden.

Vi vill skapa en plats där människor kan utvecklas i möten och samverkan. Alla har vi ett grundbehov av att höra till ett sammanhang och därför öppnar vi upp för att träffas och jobba tillsammans i vårt Workspace. Hit kan du komma och arbeta fokuserat med något eget i sällskap av andra eller för att knyta nya kontakter, skapa samarbeten eller lära från varandra.

VÅRA YTOR

KÄLLARN

Här nere har ni en tyst och lugn arbetsmiljö och plats för återhämtning i lugn och ro.

Vill ni sitta enskilt finns samtalsrum att hyra.

ENTRÉPLAN

En mer livlig arbetsyta med utrymme för samtal och nätverkande. Här serveras vår fikabuffé som ni har fri tillgång till under dagen. Här är lugna hundar välkomna.

LOFTET

Även här är det okej att prata. Dessutom finns plats för gruppdiskussioner vid soffhörnan. Loftet fungerar också som lunchyta. Här finns microvågsugn

INGÅR

- Fikabuffé med kaffe och te från exklusiva Gringo Nordic.
- Frukt
- Pausaktiviteter
- Fokuserat arbete
- Nätverkande och mingel
- Skylt för fokuserat arbete

SCHEMA

- 9.00** Vi öppnar för en härlig dag på jobbet!
- 9.15** Morgonmeditation för fokus och motivation 1
- 9.30** Morgonmeditation för fokus och motivation 2
- 12.00** Pausaktivitet (15-30 minuter)
- 12.30** Lunch
- 15.00** Promenad följt av fikastund
- 17.00** Arbetsdagen är slut

WIFI

Nätverk: livingroom2
Lösenord: coffeetconnect

Varje heltimme rekommenderar vi att man ställer sig upp och sträcker på sig. Det gynnar fokus och ger hälsoeffekter.