

# MIDLIFE JAKO PŘÍLEŽITOST

PRO FIRMY A MIDLIFE JEDNOTLIVCE V NICH

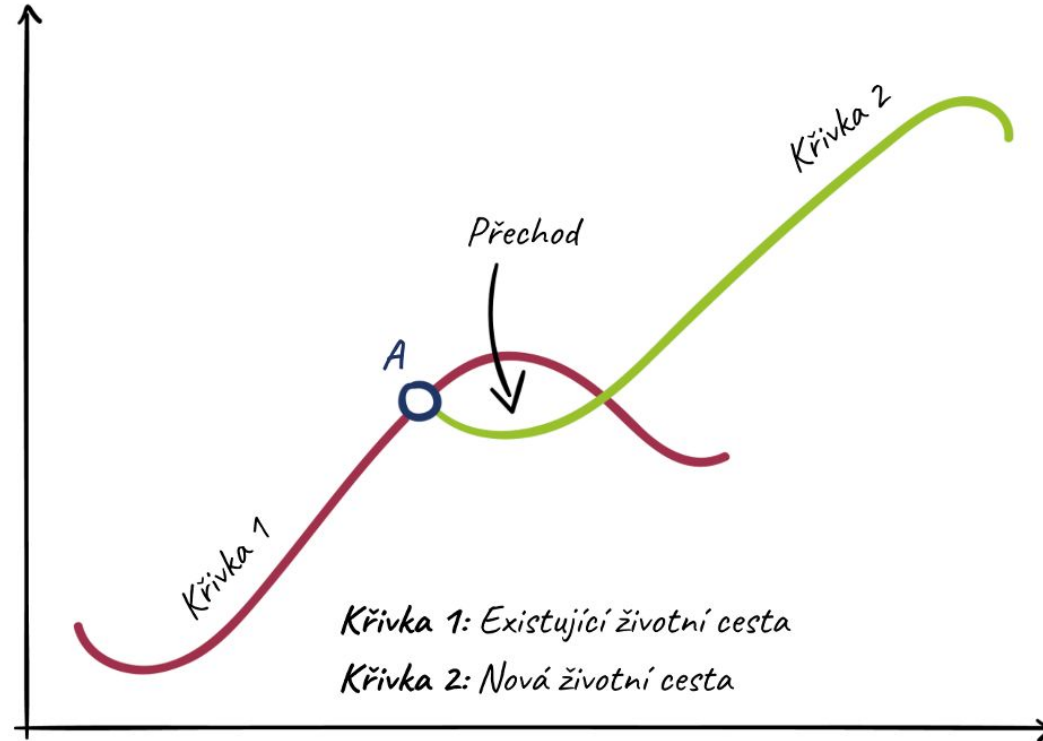


*Jsm(t)e připraveni ?*

# SITUACE

Co se za posledních několik dekád změnilo? Uvědomili jsme si, že jsme dostali několik desítek let života navíc. Dlouhověkost je jedním z největších výtobytků civilizace. Společnost se však díky ní demograficky výrazně mění. Poprvé v historii je na světě více lidí 60+ než dětí mladších 5 let. Zaměstnanci nad 50 a dokonce nad 60 let jsou nejrychleji rostoucí skupinou na pracovišti. Ageism je přitom stále velký bias společnosti.

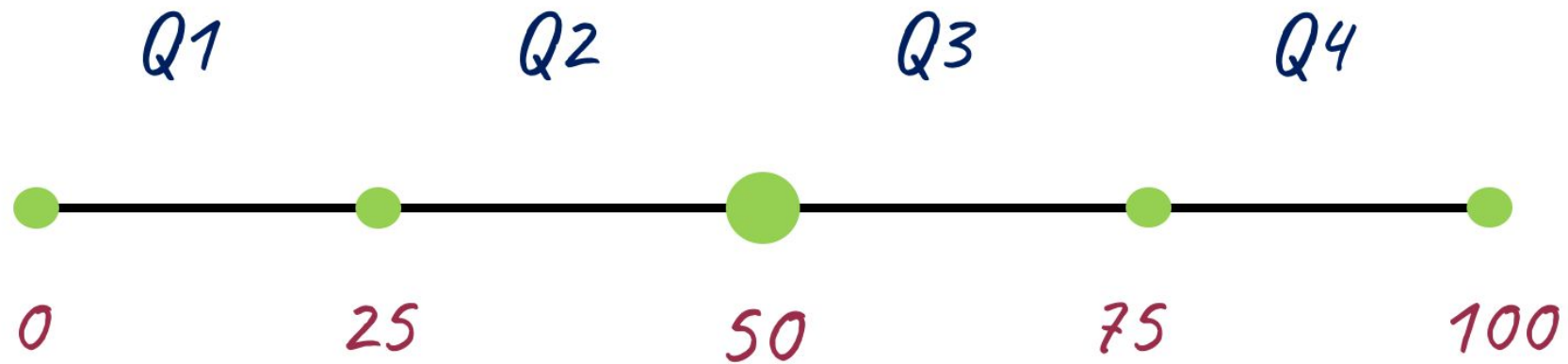
# MIDLIFE SI ŽADÁ ZVÝŠENOU POZORNOST & AKTIVNÍ SOUČINNOST MIDLIFE ZAMĚSTNANCŮ A FIREM



# CO TO ZNAMENÁ?

My jednotlivci se budeme muset naučit žít déle. Midlife se stává nejdelší částí našeho života. Pokud je nám právě 50 jsme zatím pouze v polovině našeho produktivního věku. Koncept: škola, práce, důchod je mrtvý. Do našeho života pomyslně vstoupil 3 kvartál. To mění kontext celého produktivního života. Firmy se budou muset adaptovat na novou realitu také, aby zůstaly atraktivní pro talenty nehledě na věk. Díváte se na tuto skutečnost jako na riziko nebo příležitost na pracovním trhu? Nastal čas si v tom udělat jasno.

## Q3 MĚNÍ POHLED NA CELÝ (NEJEN PROFESNÍ) ŽIVOT



# RIZIKA NEČINNOSTI?

Podcenění nezvratitelných demografických změn bude mít negativní dopad jak na udržitelnost a konkurenceschopnost firmy, tak a v konečném důsledku na celou ekonomiku. Vědomé řízení skýtá mnoho příležitostí pro jednotlivce, firmy i společnost.

## *Pro firmy*

- Ztráta klíčových zaměstnanců a jejich know how
- Neatraktivita zaměstnavatele pro talenty všech věkových skupin (včetně 50+)
- Rozpory mezi generacemi na pracovišti

## *Pro jednotlivce*

- Ztráta smyslu, relevance (a následně angažovanosti)
- Snížení kvality a spokojenosti života (a následně negativní vliv na okolí)
- Zaseknutí se a zahořknutí

# MMM - KDO JSME? NAŠE MISE

Jsme tu proto, abychom pozvedli vědomí, vitalitu a moudrost napříč generacemi lídrů. Naším cílem je podpora transformace lidí ve středním věku, usnadnění mezigenerační spolupráce díky výměně znalostí a rozvoji hodnotového vedení. Inspirujeme lídry k tomu, aby častěji činili vědomá životní rozhodnutí a tím naplnili svůj plný potenciál, vedli šťastnější a spokojenější život.

# FORMÁTY SPOLUPRÁCE

## 1) *Báječný midlife™*

Transformační akademie a mastermindové skupiny zaměřené na well-being zaměstnanců v midlife (> 45)

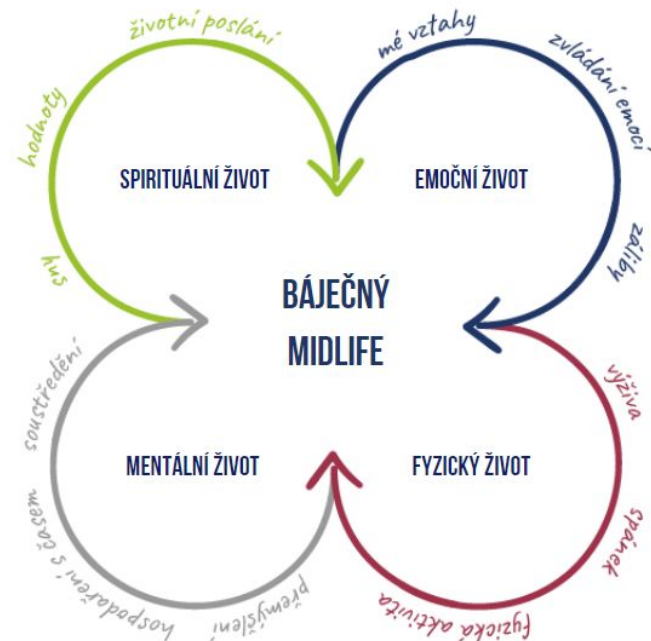
## 2) *Inspirativní přednášky a ws*

Inspirativní přednášky a ideační ws s rozsahem 30' až den, otevírání očí, vyjasňování kontextu doby, startování prvních kroků

## 3) *Mentoring*

Individuální mentoring pro klíčové zaměstnance, top lídry se zkušenými midlife mentory (cz, eng)

# BÁJEČNÝ MIDLIFE™ & ENERGY MANAGEMENT



# BÁJEČNÝ MIDLIFE™ - obsah (1/2)

## ÚVODNÍ "WELCOME" SETKÁNÍ

Jak to celé funguje a o čem to bude? Co vše mám k dispozici a jak z toho vytěžit přesně to, co potřebuju?



## BLOK I

### GET READY

O čem všem vlastně je a není midlife? Jak vzít život do svých rukou? Jak se dívat na svět a náš život, abychom žili dlouhou, spokojeně, smysluplně a ve zdraví?

### GET CLEAR

Kdo jsem? Co jsou mé dary, vášně a sny, hodnoty, na kterých stavím? Co mám za sebou, kde se teď nacházím? Na čem můžu stavět a co chci posunout?

Tipy pro práci s online materiály, videi, journalingem a questy v mezičase

## BLOK II

### GET VIBRANT

Pokud chceme něco změnit, posunout nebo vyřešit, potřebujeme na to mít energii. Energie obecně je vzácná komodita, se kterou bychom se pro druhou polovinu svého života měli naučit skvěle zacházet, dobíjet ji a umět ji moudře investovat. V tomto bloku se budeme zabývat našimi 4mi propojenými světy - fyzickou, mentální, emocionální a spirituální energií.

Tipy pro práci s online materiály, journalingem a questy v mezičase

# BÁJEČNÝ MIDLIFE™ - obsah (2/2)

## BLOK III

### GET FREE

Pokud chceme ve svém životě něco změnit, potřebujeme si pro to vytvořit prostor. To chce často odvážná rozhodnutí týkající se velkých věcí i drobných každodenností, témat, která jsme si do života za uplynulá desetiletí vnesli.

### GET GOING

A konečně - cokoliv si naplánujeme vyžaduje také schopnost věci opravdu posouvat. Jak na to? Jak vytrvat a drobné i větší změny do svého života přirozené, moudře a trvale vnést a udržet se na cestě?

Tipy pro práci s online materiály, journalingem a questy v mezičase

## FOLLOW-UP

Společné setkání s odstupem, pohled zpět, připomenutí, refresh spolupráce a vzájemné podpory v menších skupinkách, síla mastermind na vlastní kůži ...

## ONLINE PODPŮRNÝ PROSTOR PO DOBU PROGRAMU + 12 MĚSÍCŮ

Online prostor, kde mají účastníci k dispozici:

Videa a materiály k pročtení

Pracovní listy k jednotlivým tématům

Otázky pro individuální journaling

Questy k plnění v každodenní praxi

Zadání pro sdílení ve dvojicích / trojicích

# BÁJEČNÝ MIDLIFE™ *formy*

## BÁJEČNÝ MIDLIFE ONLINE

I NA DRUHOU POLOVINU  
ŽIVOTA SE MŮŽETE TĚŠIT  
*Registrace otevřeny!*



Online program plný inspirace, konkrétních tipů i otázek k zamyšlení, který vám pomůže užívat druhou polovinu života se vším, co přináší.

Jděte svým tempem a ponořte se právě do takové hloubky, do které se vy osobně ponořit chcete.

## BÁJEČNÝ MIDLIFE PREMIUM

I NA DRUHOU POLOVINU  
ŽIVOTA SE MŮŽETE TĚŠIT  
*Připravujeme další běh*



Kombinovaný 8-týdenní program spojující individuální online rozvoj se setkáními se zajímavými hosty a inspirativní ve skupině.

Nechte se vést, inspiřujte se od skvělých hostů a odborníků z oblasti byznysu, moudrého designování života a těch, kdo si opravdu umí užít druhou polovinu života se vším, co přináší.

PŘIPOJIT SE

## BÁJEČNÝ MIDLIFE AKADEMIE

LIBCHAVY  
PODZIM 2023



Jádro unikátního 4 měsíčního programu tvoří série dvou profesionálně vedených relaxačně-vzdělávacích setkání v nádherných Libchavách a 4 online workshopů, které vám umožní načerpat síly, znovu definovat svůj životní cíl a poslání, zvýšit sebevědomí a otevřít nové perspektivy.

## BÁJEČNÝ MIDLIFE ONLINE

- Odkudkoliv, svým vlastním tempem
- Pro ukotvení, inspiraci, první kroky
- Jako doplněk ke spolupráci s interním / externím mentorem
- Jako součást benefitů / caterie ve společnosti

MODERN  
MIDLIFE  
MENTORS

## BÁJEČNÝ MIDLIFE PREMIUM

- Odkudkoliv, společně se skupinou
- Pro nastartování, ukotvení a propojení s ostatními midlifery i zajímavými hosty
- Jako program na míru pro vaši firmu nebo místa na programu s midlifery i mimo vaši společnost

## BÁJEČNÝ MIDLIFE AKADEMIE

- Transformační program postavený na intenzivních osobních setkáních s průvodci a skupinou
- Série dvoudnů ve skupině midliferů
- Inspirace, průvodci, interakce i samostatné přemýšlení
- Jako program na míru pro vaši firmu nebo jako propojení s midlifery z dalších firem

# V PROGRAMECH MMM SE DOZVÍTE

## *Pro firmy*

- Jak bojovat proti ageismu na pracovišti.
- Proč vnímat demografický vývoj jako příležitost.
- Které mýty je třeba bořit a zvědomovat.
- Co dělají ti nejlepší, a co můžete dělat pro “age diversity” vy.

## *Pro jednotlivce*

- Jak zvládat a řídit si midlife transformaci
- Jak se se připravit na druhou polovinu života vědomě
- Jaki řídit svou energii ve všech 4 oblastech života
- Jak minimalizovat rizika, která midlife přináší



# MODERN MIDLIFE MENTORS

[www.modernmidlifementors.com](http://www.modernmidlifementors.com)

[hello@modernmidlifementors.com](mailto:hello@modernmidlifementors.com)