

Ráðstefnur og viðburðir

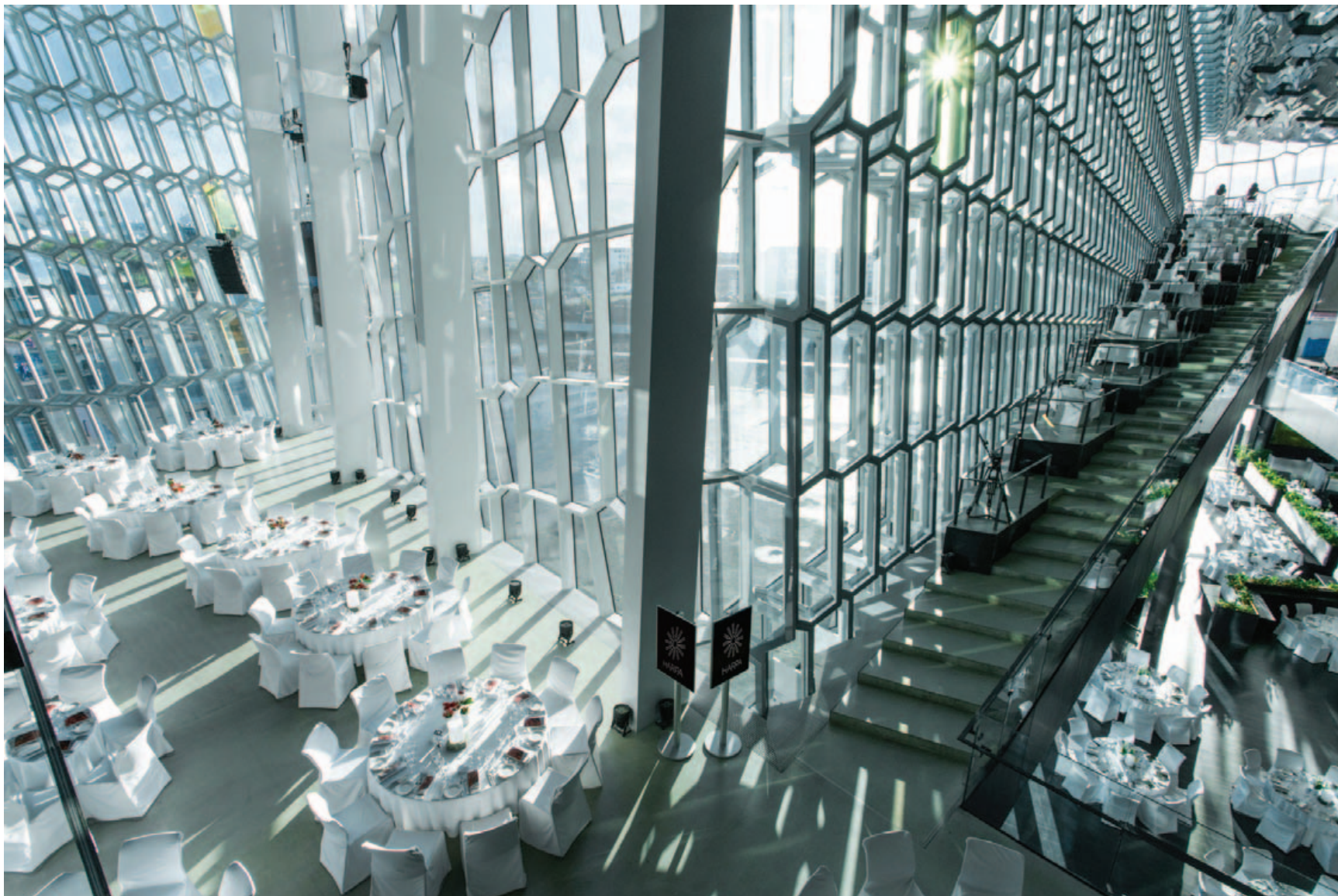
LAUGARDAGUR 5. JANÚAR 2019

Kynningar: Harpa, Concept Events, G Events, Hótel Örk, Capital Hotels, Exton, Tríó Events

Fullkomin aðstaða fyrir ráðstefnur og viðburði

Ráðstefnu- og viðburðahald af ýmsum toga hefur aukist jafnt og þétt frá opnun Hörpu enda allt kapp lagt á að öll þjónusta, tækjabúnaður og aðstaða sé til fyrirmyndar. Karitas Kjartansdóttir er framkvæmdastjóri tónlistar- og ráðstefnusviðs í Hörpu. ➔2





Hin mörgu rými Hörpu nýtast einnig til fjölbreytts viðburðahalds enda er Harpa eitt fallegasta hús landsins.

fyrri voru haldnar yfir 125 spennandi ráðstefnur og fundir í Hörpu og hefur verið mikil fjölgun á erlendum ráðstefnu- og fundargestum frá opnun.“ segir Karitas og bætir því við að Harpa hafi klárlega staðið undir væntingum sem alþjóðlegt ráðstefnuhús. „Fjölbreytileiki viðburða er einnig mikill og hefur aukist frá ári til árs. Orðspor Hörpu er einnig afar gott á alþjóðlegum mælikvarða og má þar nefna sem dæmi árlega viðburði á borð við Arctic Circle og Women Leaders Global Forum sem hafa skipt sköpum fyrir Hörpu til að byggja upp það orðspor.“

Í Hörpu er fjölbreytt aðstaða fyrir fundi, af öllum stærðum og gerðum. Stærsta fundarherbergið, Ríma, rúmar allt að 120 manns í sæti, en hægt er að skipta því í tvennt. Fundarherbergin Vísa og Stemma, á fyrstu hæð hússins, rúma allt að 20 manns við stjórnarborð. Á fjórðu hæð eru fjögur minni fundarherbergi, Nes, Vík, Vör, og Sund, sem rúma öll 8-10 manns þægilega í sæti. Hvert rými er búið fyrsta flokks tækjabúnaði og öll þjónusta er við hendina. „Stóru fundarrými Hörpu nýtast afar vel fyrir stórar alþjóðlegar sem og innlendar ráðstefnur sem og opnu rými Hörpu sem bjóða upp á ýmsa möguleika,“ segir Karitas og bætir við: „Alþjóðlegt ráðstefnuhald hefur gífurlega mikið vægi fyrir jafn litla þjóð og okkur Íslendinga og við leggjum mikla áherslu á erlenda markaðssetningu enda skilar þessi grein mjög miklum gjaldeyrstekjum inn í þjóðarþúið.“

Hún bendir á að Harpa sé afar samkeppnishæf sem ráðstefnuhús í alþjóðlegum samanburði. „Sem dæmi má nefna að við bjóðum fjölbreytt rými og fyrsta flokks tækjabúnað svo eitthvað sé nefnt,“ segir Karitas. „Erlend markaðssókn Hörpu hefur verið í stöðugum vexti en Harpa er meðlimur í Meet In Reykjavík þar sem afar gott kynningarstarf fer fram. Einnig erum við ávallt að auka sýnileika okkar á samfélagsmiðlum og svo er auðvitað alltaf langöflugast að fá erlenda gesti til landsins til þess að kynna fyrir þeim hvaða aðstöðu



Karitas Kjartansdóttir, framkvæmdastjóri tónlistar- og ráðstefnuviðs Hörpu, finnur fyrir miklum áhuga á því að halda ráðstefnur og viðburði í Hörpu sem er einstaklega vel búin til hvors tveggja. MYND/ANTON BRINK

Harpa hefur upp á að bjóða. Ísland er spennandi áfangastaður í augum margra og hefur þar lega landsins á milli Evrópu og Ameríku sem og aukning á flugsamgöngum þar mest að segja.“

Hún segir gífurlega eftirvæntingu ríkja eftir opnun Edition hótelins við hliðina á Hörpu árið 2020. „Það mun klárlega auka möguleika Hörpu í alþjóðlegu samhengi en mörg erlend samtök hafa bedið í eftirvæntingu eftir opnun hótelins þar sem hótelíð gerir það enn fýsilegra fyrir þau að koma með sína viðburði til landsins. Hótelíð gerir okkur einnig kleift að sækja um annars konar fyrsta flokks viðburði þar sem samspil hótelins og Hörpu skiptir meginmáli. Lega Hörpu, miðsvæðis í hjarta miðborgar, er ekki



Arctic Circle ráðstefnan er haldin í Hörpu á hverju ári. MYND/OZZO

síður eftirsóknarverð enda ekki algengt að svo stór og vegleg ráðstefnu- og viðburðahús séu svona miðsvæðis og mikils virði að hægt sé að upplifa borgina í allri sinni dýrd á sama tíma og viðkomandi er á ráðstefnu eða viðburði.“

Karitas segir enn fremur að mikil aukning sé á fyrirspurnum á milli ára en alþjóðlegar ráðstefnur eru ávallt bókaðar með margra ára fyrirvara og því mikið um fyrirspurnir langt fram í tímann. „Eitthvað af fyrirspurnum berst beint til okkar en við erum einnig með afar náð og gott samstarf við innlenda ráðstefnuskipuleggjendur sem og viðburðahaldara.“ Hún segir marga viðburði hafa fest sig í sessi sem árlega í Hörpu og nefnir sem dæmi Læknadaga, UT messuna, og Reykjavíkurskák-mótið sem og Arctic Circle og Women Leaders Global Forum sem áður voru nefnd.

Þá tekur Karitas fram að starfsfólk Hörpu sé einkar hæft þegar kemur að ráðstefnuhaldi. „Starfsfólk Hörpu býr yfir mikilli reynslu sem og þekkingu þar sem mörg hafa starfað í greininni í fjöldamörg ár,“ segir hún og bætir við að starfsfólk Hörpu sé stolt af því að kynna og selja Hörpu bæði innanlands sem og erlendis og geri sér grein fyrir því hve þýðing Hörpu fyrir land og þjóð er mikil.

Harpa er ekki eingöngu ráðstefnuhús og/eða viðburðahús fyrir stærri ráðstefnur og viðburði. „Hér höfum við einnig upp á að bjóða minni sali og rými sem henta vel fyrir minni viðburði, fundi, móttökur eða veislur,“ segir Karitas. „Margir halda að hér sé eingöngu hægt að halda stóra viðburði en svo er ekki. Veisluhald í Hörpu hefur einnig aukist jafnt og þétt á milli ára, hvort sem um er að ræða árs hátíðir, afmæli, móttökur af ýmsum toga eða önnur mannamót. Það eru afar spennandi tímar fram undan að mati okkar, ótal sóknarfæri og við erum bjartsýn á að Harpa muni halda áfram að blómstra í framtíðinni.“

Nánari upplýsingar má finna á harpa.is.



Hver viðburður er einstakur

Á bak við Concept Events er áratuga reynsla starfsmanna fyrirtækisins af hönnun og framkvæmd ýmissa viðburða á borð við árshátíðir, gala veislur, starfsmannafagnaði og hvataferðir.

Víð stofnun Concept Events í upphafi árs 2017 lögðu þær Sandra Ýr Dungal og Dagmar Haraldsdóttir saman áratuga reynslu sína í framkvæmd og hönnun viðburða en báðar höfðu þær mikla reynslu úr viðburða-, ráðstefnu- og ferðageiranum. „Við leggjum fyrst og fremst áherslu á viðburði, eins og árshátíðir, galaveislur, starfsmannafagnaði, hvataferðir og minni fundi og ráðstefnur. Þá höfum við séð um framkvæmd borgarhátíða eins og Hátíðar hafsins í Reykjavík síðan árið 2012 auk þess sem við sjáum um sjónvarpsviðburðinn Íslensku tónlistarverðlaunin sem haldinn er árlega í beinni útsendingu á RÚV,“ segir Sandra Ýr.

Dagmar segir helstu viðskiptavinir þeirra vera fyrirtæki og stofnanir auk erlendra viðburðafyrirtækja. „Við vinnum líka fyrir íslenskar ferðaskrifstofur sem skipuleggja ferðir fyrir erlenda lúxushópa hingað til Íslands. Þá erum við fengnar til að halda utan um veislur þar sem krafist er þeirrar þjónustu sem við bjóðum upp á.“

Auk Dagmarar og Söndru eru fastir starfsmenn Concept Events þær Alexandra Eir Andrésdóttir og Sandra Vignisdóttir. Fyrirtækið hefur líka á að skipa stórum og traustum hópi verktaka, sem þær hafa unnið með til fjölda ára, hver og einn sérhæfður á sínu sviði.

Skipulag og hugmyndaauði

Þær segja gott skipulag og hugmyndaauði vera það sem helst þurfi til að skapa vel heppnaða viðburði. „Hver viðburður þarf að vera einstakur á sinn hátt og við nálgumst viðburðastjórn



Dagmar Haraldsdóttir (t.v.) og Sandra Ýr Dungal, eigendur Concept Events.



Frá Sjómannadeginum við HB Granda og Hátíð hafsins í Reykjavík.

okkar með það í huga. Við segjum stundum við viðskiptavinum okkar að við skipuleggjum ekki bara viðburði – við sköpum þá. Við elskum það sem við gerum og hefur það bein áhrif á viðburðina sem við framkvæmum. Þegar tekist er á við verkefnið með jákvæðu hugarfari þá skilar það sér í betra verki,“ segir Sandra Ýr.

„Saman höfum við mikla reynslu og við vitum svo sannarlega hvað við erum að gera. Þar sem við nálgumst líka hvern viðburð eins og hann væri okkar eigin, geta viðskiptavinir okkar treyst því að viðburður þeirra verði vel heppnaður. Við fylgjum öllum viðburðum okkar eftir alla leið og erum með augun á hverju smáatriði og reynum að tryggja að allir skemmti sér sem best. Þá förum við gláðar

heim og markmiðinu er náð,“ bætir Dagmar við.

Spennandi ár

Árið fram undan er spennandi að þeirra sögn. Þær segjast vera komnar með fullt af nýjum hugmyndum að þeim, litum, atriðum og öðru sem þær hlakka til að kynna fyrir viðskiptavinum sínum. „Við leggjum mikla áherslu á að fylgjast með straumum og stefnum, ekki bara í viðburðaðnaðinum erlendis, heldur einnig í tísku, kvikmyndum og hönnun sem dæmi. Það gefur okkur innblástur til að skapa frumlega og skemmtilega umgjörð í kringum viðburðina. Okkar markmið er alltaf að fara fram úr væntingum viðskiptavinarins. Þetta er einfaldlega ástríða okkar.“

Óvænt ævintýri í Kína

Rokksveitinni We Made God bauðst óvænt að spila á þrettán tónleikum í Kína árið 2018. Viðburðirnir voru mjög vel skipulagðir og starfsmenn tónleikastaða fagmenn fram í fingurgóma.

Starri Freyr
Jónsson

starri@frettabladid.is



Íslenskt tónlistarfólk er á faraldsfæti allt árið um kring og kemur fram á fjölda tónleika, tónlistarhátiða og annarra viðburða víða um heim. Ein þeirra sveita sem ferðudust um langan veg á síðasta ári var rokksveitin We Made God en meðlimum hennar bauðst óvænt tækifæri í lok síðasta árs til að koma fram á þrettán tónleikum á jafnmörgum dögum í Kína.

Magnús Bjarni Gröndal, söngvari og gítarleikari sveitarinnar, segir kínverskan tónleikahaldara hafa haft samband við þá féлага og boðið þeim þennan túr. „Þetta var mikil keyrsla, þrettán tónleikar á þrettán dögum sem urðu um leið partur af tónleikaferðalagi til að kynna plötu sem við gáfum út á síðasta ári. Það kom okkur verulega á óvart hvað kínversku tónleikastaðirnir voru flottir.

Salirnir voru stórir og með öllum nýjustu græjunum. Kínverskir áhorfendur minna að vissu leyti á íslenska áhorfendur, þeir eru mjög hlédrægir meðan á tónleikum stendur, og eru ekki mikið fyrir að hreyfa sig mikið með tónlistinni. Viðbrögðin voru samt æðisleg, til dæmis tíðkast það í Kína að hljómsveitir sitji við borð eftir tónleikana og áriti boli og geisladiska.

Þá fyrst sá maður áhuga áhorfenda sem voru gjörsamlega í skýjunum með að fá að hitta okkur og taka myndir af sér með okkur.“

Frumburðurinn fékk athygli

Hljómsveitin We Made God var stofnuð fyrir um fimmtán árum og segir Magnús þá féлага hafa spilað í hverju einasta skúmaskoti á Íslandi og það örugglega oftar en tvisvar. „Við tókum þátt í Músíktílaunum árið 2006 og lentum í þriðja sæti. Tveimur árum síðar gáfum við út okkar fyrstu plötu, *As We Sleep*, og þá fór þetta á flug.“ Frumburðurinn fékk mikla athygli frá erlendu tónlistarpressunni, sérstaklega þeirri bresku, en platan fékk mjög góða dóma hjá tónlistartímaritunum *Q* og *Kerrang!*. „Í kjölfarið fórum við í fyrsta tónleikaferðalagið okkar til Bretlands og í dag höfum við gefið út þrjár breiðskífur og eina stuttu. Við spilum það sem kallast post-metal, þó megi alveg rökræða tónlistarstefnur fram og til baka.“

Aðrir meðlimir sveitarinnar eru Birkir Freyr Helgason, Steingrímur Sigurðarson og Rúnar Sveinsson.

Fagmenn á ferð

Það sem einkenndi tónleikaferð þeirra í Kína að sögn Magnúsar var fyrst og fremst hvað allt var fagmannlegt. „Hljóðmenn og sviðsmenn gerðu allt alveg eftir



Félagarnir í We Made God við stytta af Qin Shi Huang, fyrsta keisara Kína.

“Hljóðmenn og sviðsmenn gerðu allt alveg eftir bókinni sem tíðkast ekki hér eða annars staðar í Evrópu. Einnig má nefna gífurlega nákvæmni í hljóðprufum, kannski aðeins of mikla miðað við hvað við erum vanir.

bókinni sem tíðkast ekki hér eða annars staðar í Evrópu. Einnig má nefna gífurlega nákvæmni í hljóðprufum, kannski aðeins of mikla miðað við hvað við erum vanir. Einnig var gaman að sjá hvað tónleikastaðirnir voru flottir og við fundum fyrir því að það er stór neðanjarðarmenning fyrir alls kyns rokktonlist í Kína.“

Á árinu ætla sveitarmedlimir að einbeita sér að nýju efni. „Eftir að hafa gefið út plötuna *Beyond the Pale* snemma ársins 2018 ætlum við að einbeita okkur að því að semja nýtt efni og vonandi ná að gefa eitthvað út síðar á árinu.“

Skapa ævintýri út fyrir boxið

Ógleymanlegar upplifanir og ævintýri út fyrir boxið eru aðalsmerki viðburðafyrirtækisins g-events, en líka hefðbundnir viðburðir fyrir fyrirtæki sem vilja verðlauna starfsfólk sitt.

Stjórnendur fyrirtækja eru í vaxandi mæli að átta sig á að það að fjárfesta í góðum starfsanda er ávísun á betri starfsmann. Sáttur starfsmaður er betri starfsmaður og gleði starfsfólksins leynir sér ekki á slíkum viðburðum. Ýmis fyrirtæki efna til hvataferða nokkrum sinnum á ári því það þjappar mannskapnum saman, eykur samkennd innan fyrirtækisins og starfsfólkinu finnst það metið að verðleikum þegar það er verðlaunað með slíkum hætti fyrir vel unnin störf,“ segir Gunnar Traustason, eigandi g-events en þar starfa sérfræðingar í að skipuleggja viðburði sem henta öllum starfsmönnum fyrirtækja, burtséð frá aldri, þannig að allir geti tekið þátt og verið með.

„Stjórnendur fyrirtækja líta svo á að allt komi þetta ríkulega til baka og við höfum unnið með fyrirtækjum þar sem starfsaldur er mjög hár vegna þess hve mórallinn er góður. Slíkt heldur fólki á vinnustaðnum og því líður vel þegar vel er hugsað um það og fyrirtækjaviðburðir eru liður í því,“ upplýsir Gunnar.

„Við erum mjög sterk í því að hugsa út fyrir boxið en líka í hefðbundnum viðburðum eins og árs-hátíðum og ráðstefnum og útbúum spennandi ævintýri og viðburði fyrir allar tegundir fyrirtækja, óháð því hver þau eru.“

Íslendingar góðir gestgjafar

Dæmi um nýlegan fyrirtækjaviðburð g-events er Bragðlaukadekur fyrir 170 manns.

„Þá vorum við með smakk á lúxus kjötmeti, hágæða konfekti



Þau Íris Friðmey Sturludóttir, Gunnar Traustason og Úlfhildur Elin Þorlákssdóttir eru viðburðateymi g-events.

og dýrindis bjór og sendum alla í kokteílakennslu. Mæting var með eindæmum góð enda gat allur hópurinn tekið þátt og haft gaman af. Við leggjum okkur fram um að skapa viðburði sem mæta öllum og ef skemmtunin snýst um hreyfingu veljum við hreyfingu á allra færi,“ segir Gunnar sem nýtur þess að skipuleggja fjölbreytta viðburði fyrir viðskiptavinum g-events.

„Við þurfum að vera frjóg þegar kemur að nýjungum í upplifunum því oft vinnum við fyrir sömu fyrirtækin aftur og aftur. Útlendir viðskiptavinir eru jafnan undrandi á því hversu mikið er í boði í svo litlu landi; flottir salir, mikið af skemmtilegri afþreyingu og Íslendingar fara alla leið í öllu því sem þeir gera. Við þykjum því



g-events kann svo sannarlega að skapa einstaka umgjörð um viðburði sína.



Það er ógleymanleg upplifun að sitja í veislu með stórhvelum Íslands.

ansi frambærileg í þessu og ef fólk fær skyndihugdettu göngum við í málið og látum hana verða að veruleika,“ segir Gunnar.

Galdurinn við að halda góða ráðstefnu sé þó ekki bara gott utanumhald um ráðstefnuna sjálfa heldur einnig fjölbreyttir hliðarviðburðir utan ráðstefnutímans.

„Það er umfangsmikill hluti af skipulagningu ráðstefna og geta verið ferðir eða dekur ráðstefnugesta og það er í sumum tilvikum jafn mikill hluti af dagskránni og ráðstefnan sjálf,“ útskýrir Gunnar, sæll í starfi viðburðastjórans.

„Íslendingar þykja góðir gestgjafar því boðleiðirnar eru stuttar og við getum látið marga drauma rætast sem væri útilokað í stærri löndum þar sem boðleiðirnar eru lengri. Það eru svo einstök forréttindi að starfa með fólki á gleðistundum lífsins og þegar maður sér mánaða langan undirbúning blómstra og verða að veruleika er það eins og að sjá barn manns vaxa úr grasi.“

g-events er í Skútuvogi 1G. Sími 527 0777. Sjá nánar á g-events.is.



HVER er frábær veitingastaður fyrir alla fjölskylduna sem var gerður upp samhliða öðrum endurbótum á hótelinu.



Falleg svíta á hótelinu þar sem fólk getur notið lífsins.



Önnur svíta þar sem fallegt umhverfið er allt um kring.

Fullkominn tæknibúnaður í fundarsölum á Hótel Örk

Eftir gagngerar breytingar á Hótel Örk í Hveragerði er öll aðstaða hin glæsilegasta fyrir hvers kyns viðburði. Fundar- og veislusalir hótelsins eru búnir afar fullkomnu fundar- og hljóðkerfi. Veitingastaður með frábærri íslenskri matargerð. Öll aðstaða á hótelinu er til mikillar fyrirmyndar.

Gestir hafa tekið breytingunum vel að sögn Jakobs Arnarsonar, hótelsjóra á Hótel Örk. Hann segir að eftir stækkun séu 157 herbergi á hótelinu. Núna bjóði Hótel Örk upp á stærsta funda- og ráðstefnuhótel utan höfuðborgarsvæðisins. Í boði er fyrsta flokks þjónusta fyrir fólk í viðskiptaerindum, ráðstefnugesti, árhátíðargesti eða þá sem vilja eiga notalega stund í fallegu umhverfi.

Sjö mismunandi stórir salir eru á Hótel Örk sem henta flestum gerðum funda eða ráðstefna. Stærsti salurinn, Aðalgerði, getur tekið allt að 300 manns. Þetta er bjartur og fallegur salur sem hægt er að nýta á margvíslegan hátt. Gott svið er fyrir ræðuhold, leiksýningar eða aðra stærri viðburði, þráðlaust net, myndvarpi, sýningartjald, fullkomið hljóðkerfi og ræðupúlt.

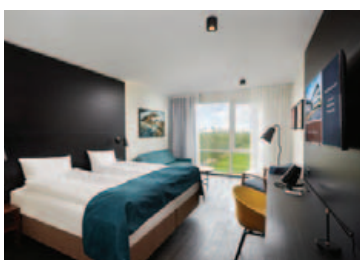
Glæsigerði er sömuleiðis fallegur salur fyrir 60-100 manns. Hann nýtist vel fyrir stórar sem smáar veislur, fundi og fyrirlestra. Boðið er upp á flatskjá, tölvutengingu og þráðlaust net.

Stjórnergerði er vinsæll salur fyrir veislur og minni móttökur en hann tekur um 40-120 gesti eftir því hvert tilefnið er. Aðrir salir hótelsins nefnast Þinggerði, Stjórnargerði, Ráðagerði og Sáttagerði. Allir geta fundið hentugan sal fyrir hvers kyns mannfagnaði. Salirnir eru glæsilegir og vel búnir.

Jakob segir að margir kjósi að dvelja á hótelinu yfir nótt. „Þá eru þeir með ráðstefnu að deginum en bjóða upp á hátíðarkvöldverð og gistingu. Morguninn eftir heldur ráðstefnan síðan áfram.



Stærsti salurinn á Hótel Örk nefnist Aðalgerði og getur tekið allt að 300 manns.



Væri ekki notalegt að slappa af og njóta þess sem Hótel Örk hefur upp á að bjóða? Afslöppun og dekur.

Þetta hefur verið vinsælt hjá okkur,“ segir hann og bætir við að aðstaða sé öll hin besta fyrir þess konar ráðstefnu. „Við erum stutt frá höfuðborginni og hér eru næg bílastæði fyrir stóra hópa. Árið er þegar þétt bókað hjá okkur en stærri viðburðir eru skipulagðir með löngum fyrirvara. Sérstafa okkar liggur í góðri þjónustu og stóru og góðu hóteli með nýppgerðum glæsilegum sölum. Hér fær fólk allt á einum stað til að gera góðan fund,“ segir Jakob.



Herbergin eru búnin öllum nútímalegum þægindum.

„Við vorum til dæmis með mjög vel heppnað Samorku-þing hér í fyrirasumar þar sem var sýning að auki. Hér er stórt og gott útisvæði sem var nýtt með því að setja upp tjöld,“ segir hann.

„Starfsfólk Hótel Arkar er ávallt

tilbúið til að aðstoða fyrirtæki við að skipuleggja hvers konar ráðstefnur eða viðburði. Sömuleiðis aðstoðar starfsfólk þá sem vilja halda árhátíð, brúðkaup, fermingu eða aðrar veislur í sölum hótelsins. Öll herbergi hótelsins

eru búnin bestu nútímalegum þægindum.“

Þjónusta hótelsins er fagleg og lögd er áhersla á metnað og góðar veitingar fyrir hvers kyns viðburði. HVER nefnist nýr veitingastaður á Hótel Örk þar sem boðið er upp á alls kyns veisluþjónustu, hvort sem um er að ræða hlaðborð eða mat af matseðli, à la carte. Einnig eru tvenns konar hópmatseðlar í boði. HVER er frábær veitingastaður fyrir alla fjölskylduna sem var gerður upp samhliða öðrum endurbótum á hótelinu. Frábærir matreiðslumenn reida fram íslenska matargerð úr úrvals hráefni.

Veitingastaðurinn HVER er opn- adur kl. 11.30 og er opin til 22. Bar hótelsins er opin virka daga til 23 en eitt eftir miðnætti um helgar.

Hægt er að kynna sér þjónustuna betur á heimasíðu hótelsins hotelork.is eða í síma 483 4700. Hótel Örk er einnig á Facebook þar sem hægt er að kynna sér alls kyns viðburði sem þar fara fram.

Tíu heilræði fyrir ræðumenn

Allir geta lært að flytja góða ræðu. Bestu ræðumennirnir flytja skýr skilaboð í einföldum ræðum sem fela í sér markvissar sögur sem sanna gildi hennar í upphafsorðum, miðju og endi ræðunnar.

Æfingin skapar meistarann

Æfðu þig með því að tala upphátt og helst fyrir framan lítinn áheyrendahóp. Æfingar losa ræðumenn við óþarfa hikorð og þagnir.

Að vinna með salinn

Reyndu að eiga svolítið samtal við áheyrendur áður en ræðan sjálf hefst. Með því hefurðu tök á að ná augnsambandi við vinaleg andlit í hópnum, losa um mögulegan kvíða og létt andrúmsloftið í salnum. Ef þú horfir svo aftur á vinalega manneskju í fyrsta fjórðungi salarins, á meðan á ræðu þinni stendur, munu þeir sem sitja manneskjunnar á vinstri hönd halda að þú beinir orðum þínum að þeim. Það sama á við um næsta fjórðung og með því skynjarðu ræðu þína sem samtal við fólkið í salnum.

Andaðu rólega

Ef þú finnur fyrir sviðsskrekk er gott ráð að draga andann djúpt og sjá sjálfan sig fyrir sér halda vel heppnaða ræðu. Það er eðlilegt að vera taugaóstyrkur fyrstu mínúturnar en svo er mikilvægt að breyta mögulegu óöryggi í jákvæða orku.

Ekki lesa ræðuna af blaði

Talaðu frá hjartanu eða notaðu minniskort frekar en að lesa



ræðuna beint af blaði. Ef þú skyndilega manst ekki hvað þú ætlaðir að segja geturðu dregið andann djúpt, kíkt laumulega á minniskortið og í framhaldinu vitaðu upp á hárfur þú ætlaðir að segja næst.

Notaðu söguna strax

Byrjaðu fyrst á frásögn sem hrifur í stað þess að þakka kynninum fyrir eða lýsa því yfir hversu ánægður þú ert að vera á staðnum. Ræðan ætti að snúast um aðeins einn hlut og því ætti að vera auðvelt að koma sér strax að efninu án þess að gefa

allt frá sér í upphafi leiks. Farðu beint í markvissa sögu sem tengist efninu og leyfðu áheyrendum að vita svolítið um hvað ræðan verður.

Bein í baki

Reyndu að halda fallettri líkamstöðu og bera höfuðið hátt þegar þú gengur á svið og stendur í pontu. Ímyndaðu þér að höfðinu sé haldið uppi líkt og á strengjabrúðu.

Hafðu ræðuna einfalda

Gleymdu flóknum PowerPoint-kynningum og endalausum

gögnum. Fókuseraðu frekar á eitt málefni og láttu það verða eins og samtal. Ræður eru í raun gagnslítið form samskipta og fólk man sjaldnast allt sem það heyrir. Því er best að hafa skilaboðin einföld og skýr. Bestu ræðurnar innihalda ein markviss skilaboð og fáeinar góðar sögur til að koma skilaboðunum enn betur til skila.

Hafðu ræðuna stutta

Góð ræða ætti ekki að vera lengri en tíu mínútur í flutningi, en fimm til sjö mínútur er til fyrirmyndar.

Gott er að mynda augnsamband við vinaleg andlit í hópnum áður en formlegt ræðuhald hefst. NORDIC PHOTOS/GETTY

Ef miðað er við sjö mínútur ætti undirbúin og æfð ræða að vera heldur styttri til að gera ráð fyrir málpásam og viðbrögðum áheyrenda.

Notaðu afslappaða líkamstjaniingu

Ef þú krossleggur handleggji eða rígheldur í hendur þínar á maga skynja áheyrendur taugaóstyrk þinn og verða minna móttækilegir fyrir ræðunni. Reyndu að láta sjást að þér líði vel og þú hafir gaman af því að standa frammi fyrir áheyrendum. Um leið verða þeir opnari gagnvart þér og því sem þú vilt koma á framfæri. Ef þú ert spenntur fyrir málefniinu verða áheyrendur það líka.

Slakaðu á

Þú getur aldrei orðið annar en sá sem þú ert. Hins vegar geturðu orðið besta útgáfan af sjálfum þér. Þú þarft ekki að tala í belg og biðu eða með ákveðnum stíl. Sýndu bara ástriðu, sannfæringu og hollustu við málstað þinn og þá skiptir engu þótt þú komir ræðunni frá þér í rólegheitum, mjúklega eða hvernig sem stillinn þinn nú er.

Heimild: Forbes



„Með auknu afþreyingarframboði á Vesturlandi eins og Into the Glacier í Langjökli, heitu pottunum í Krauma og hinum ýmsu hvataferðum sem boðið er upp á á Snæfellsnesi hefur eftirspurn eftir því að stoppa og skoða sig um á Vesturlandi aukist,“ segir Jónel Hjálmarsson hóteltjóri.

Fyrsta flokks fundaðstaða í Borgarnesi

B59 hótél er nýtt fjögurra stjörnu hótél í Borgarnesi. Þar er fyrirtaks aðstaða til funda- og ráðstefnuhalds og auk þess spennandi afþreyingarmöguleikar allt í kring.

B59 hótél er nýjasta hótelið af fimm sem heyrir undir Capital Hotels keðjuna hér á landi. Það svarar eftirspurn eftir hóteli sem býður upp á fundaraðstöðu, gistingu, mat og afþreyingu úti á landi en er samt í námunda við borgina.

„Hingað til hefur slíkt hótél helst verið að finna á Suðurlandi en með auknu afþreyingarframboði á Vesturlandi eins og Into the Glacier í Langjökli, heitu pottunum í Krauma og hinum ýmsu hvataferðum sem boðið er upp á á Snæfellsnesi hefur eftirspurn eftir því að stoppa og skoða sig um á

Vesturlandi aukist,“ segir hóteltjóri Jónel Hjálmarsson. Þá hefur hótelið verið vinsælt til funda- og ráðstefnuhalds enda fyrsta flokks aðstaða fyrir hendi.

Á hótelinu eru 76 tveggja manna herbergi, rétt um hundrað manna ráðstefnusalur og hundrað manna veitingasalur þar sem boðið er upp á morgunmat, hádegismat, kvöldmat og kaffi.

„Í kjallaranum er svo heilsulind með heitum potti, gufu, sánu og slökunarsvæði sem er upplagt að nýta eftir ráðstefnu- og fundahöld,“ segir Jónel. „Við getum líka tekið við stærri viðburðum en þá

erum við í samstarfi við Borgarbyggð um menntaskólann og menningarhúsið Hjálmaklett sem er staðsettur hinum megin við götuna. Þar er stór salur sem getur tekið allt að 220-250 manns. Ef umfangið er slíkt erum við svo líka í samstarfi við önnur hótél á svæðinu,“ útskýrir Jónel.

Hann segir hin ýmsu fyrirtæki og stofnanir nú þegar hafa nýtt sér aðstöðuna til fundahalds og fléttað saman við það afþreyingu og slökun. „Það hefur gefist afar vel og þykir gott að geta brotið vinnuna upp með því að gera eitthvað skemmtilegt.“

Er ráðstefna á döfinni?



Við hjá Iceland Travel Ráðstefnum höfum áratuga reynslu af skipulagningu ráðstefna og funda.

Við bjóðum uppá alhliða þjónustu í tengslum við ráðstefnur og fundi.

radstefnur@icelandtravel.is

Iceland Travel
RÁÐSTEFNUR



Frá stórtónleikum Páls Óskars í Laugardalshöll.

Klæðskerasniðin þjónusta

Exton leigir út og selur gæðabúnað fyrir viðburði af öllum stærðargráðum. Starfsmenn fyrirtækisins búa yfir mikilli þekkingu og reynslu og geta sniðið lausnir að þörfum viðskiptavina sinna.

Við sérhæfum okkur í leigu og sölu á búnaði sem tengist viðburðum af öllu tagi. Bæði stórviðburðum á borð við tónleika, ráðstefnur og árshátíðir og smærri tilefni eins og brúðkaup, fermingar og afmæli,“ segir Ingólfur Magnússon, framkvæmdastjóri leigusviðs Exton.

Innan veggja Exton er að finna óviðjafnanlega þekkingu á öllum þeim búnaði sem þarf til viðburðahalds og notkunarmöguleikum hans. „Starfsmennirnir eru okkar gullnáma og flestir hafa áralanga reynslu úr leikhúsum, viðburðum, tónleikum og sjónvarpi,“ segir Ingólfur og bætir við að Exton leggi áherslu á að senda starfsmenn sína reglulega á námskeið erlendis til að læra allt það nýjasta í greininni. „Okkur er kappmál að vera með sérhæfðan mannskap með mikla reynslu enda fylgir því mikil ábyrgð að hengja upp þungan ljósabúnað fyrir ofan stóran hóp af fólki.“

Stór hluti starfsmanna Exton hefur reynslu bæði innan og utan landsteinanna. „Margir af okkar tæknimönnum hafa túrað með heimsfrægum hljómsveitum, bæði erlendum og íslenskum. Þar má nefna Of Monsters and Men, Björk, Placebo, Massive Attack, Sigur Rós og margar fleiri. Exton sér alfarið um svið og tækjabúnað ásamt tæknivinnu á G! Festival í Færeyjum árlega. Síðan má nefna að þó nokkrir á okkar vegum hafa farið í vinnu árlega á Hróarskeldu og fleiri hátíðir utan landsteinanna og koma þá heim reynslunni ríkari.“

Bjóða gæðabúnað

Söludeild Exton er með umboð fyrir búnað frá gædamerkjum og leigusviðið notar mest þann búnað. „Við erum afar stolt af þessum merkjum,“ segir Ingólfur.



Frá Söngvakeppni RÚV 2018.



Starfsmennirnir eru okkar gullnáma og flestir hafa áralanga reynslu af, viðburðum, tónleikum og sjónvarpi.

Exton er til dæmis með umboð fyrir hljóðkerfi frá Meyer, NEXO og RCF, hljóðmixera frá Allen & Heath og Midas. Einnig ljósabúnað frá Clay Paky og ljósaborð frá Grand MA light.

Hjá Exton er mjög algengt að leigja hljóðbúnað, ljósabúnað, vídeóbúnað, svið, túlka- og ráðstefnubúnað og hljóðfæri. „Einnig erum við með tjaldaleigu og hoppukastalaleigu. Tjaldaleiguna eignuðumst við fyrir tveimur árum og má segja að hún hafi verið punkturinn yfir í-íð hjá okkur. Nú getum við boðið viðskiptavinum að leigja allan pakkann hjá okkur. Til dæmis hefur verið vinsælt að

búa til viðburði einhvers staðar úti í náttúrunni, þá tekur viðskiptavinurinn hjá okkur til dæmis tjald, rafstöð, svið, ljósa- og hljóðbúnað.“

Þjónusta um allt land

Exton er með starfsstöðvar í Kópavogi og á Akureyri en sinnir verkefnum um allt land. „Það er mjög algengt að við sendum búnað út á land fyrir allar tegundir og stærðargráður af verkefnum.“

Ingólfur segir nóg að gera hjá Exton. Áður hafi verkefnið hlaðist upp mest á víska árstíma en nú séu þau að jafnast töluvert yfir árið.

Ráðstefnur eru einnig að verða æ stærri hluti af verkefnum. „Við

erum með afar handhægan túlka- og ráðstefnubúnað sem er mjög þægilegt að flytja á milli staða.“

Leigja út hljóðfæri

Exton rekur hljóðfæraleigu þar sem hægt er að leigja trommuset, gitarmagnara, hljómborð, bassagnara og ýmislegt fleira. „Við erum með mjög gott úrval og náum til dæmis að þjónusta Airwaves með á annan tug trommusetta, bassagnara, gitarmagnara og fleira.“

Lausnir sniðnar eftir þörfum

Á leigusviði Exton starfa verkefnastjórar og ráðgjafar. „Þeir stýra stærri verkefnum og geta

sniðið lausnir fyrir fólk eftir þeirra þörfum. Viðskiptavinurinn getur þannig komið til ráðgjafans, sagt honum hvað hann langar að gera og fyrir ákveðna upphæð, og við finnum lausn sem allir eru sáttir við.“

Ingólfur segir útfærslurnar afar fjölbreyttar. „Fólk getur leigt búnaðinn með allri þjónustu, það er uppsetningu, yfirsetu og samantekt. Síðan er líka í boði að leigja búnað sem viðskiptavinurinn sækir sjálfur og skilar aftur.“

Nánari upplýsingar má nálgast á www.exton.is.



Nýjasta verkefni Trío Events var verkefnastjórnun við framleiðslu á nýrri náttúruminjasýningu í Perlunni á vegum Náttúruminjasafns Íslands sem lauk með glæsilegri opnun 1. desember síðastliðinn.



Heillandi viðburðir eru aðalsmerki Trío Events.



Prautir og skemmtilegir leikir eru stundum viðfangsefni í hvataferðum.



Árshátíðum og ráðstefnuhaldi eru fundnir fallegir staðir.

Ekkert eins skemmtilegt og að sjá hugmyndirnar lifna við

Hjá Trío Events starfar einvala lið með áratuga reynslu í skipulagningu og hönnun viðburða. Fyrirtækið er ungt en afkastamikið, hagkvæmur samstarfsaðili með stórt bakland og snögg til verka.

Viðburðir eru svo margbreytilegir og viðskiptavinirnir ólíkir, þannig að það er gott að geta gripið til verkfæra sem gera upplifanirnar áhrifamiklar og ógleymanlegar óháð því um hvaða viðburð er að ræða," segir Anna Katrín Guðmundsdóttir hjá Trío Events Reykjavík.

„Það er einnig mikilvægt að hafa sérhæfingu á viðburðastjórnunarsviðinu og hjá okkur er það framleiðsla á kvikmyndaefni, sýningarhald og verkefnastýring stærri verkefna og viðburða.“

Heppin með viðskiptavini

„Viðburðabransinn er gríðarlega skemmtilegt umhverfi til að vera í, enda gengur hann út á að gera frumlega og skemmtilega hluti,“ bætir Yr Gunnlaugsdóttir við, „en maður þarf að vera á tánum og fylgjast vel með svo hægt sé að

þjóða upp á nýjar hugmyndir og ferska vinkla fyrir viðskiptavini. Viðskiptavinurinn þarf líka að vera til í að dansa, en við höfum verið einstaklega heppin með þá. Ekkert er eins skemmtilegt og að sjá hugmyndirnar lifna við og verða að veruleika.“

Reynsluboltar við stýrið

Trío Events var stofnað árið 2016.

„Við erum tiltölulega ungt fyrirtæki en starfsmenn okkar eru reynsluboltar á viðburðasviðinu því starfsferill okkar hefur verið í upplifunarhönnun, miðlun og viðburðastjórnun á ólíkum vettvangi,“ upplýsir Anna Katrín.

Viðburðir Trío Events eru orðnir ansi fjölbreyttir á þeim rúmu tveimur árum sem fyrirtækið hefur starfað; allt frá árshátíðum, fundum, ráðstefnum, partíum, starfsdögum og fleiru.



Þær Anna Katrín Guðmundsdóttir og Yr Gunnlaugsdóttir hjá Trío Events eru sannkallaðir reynsluboltar þegar kemur að skipulagningu á viðburðasviðinu. MYND/SIGTRYGGUR ARI

„Nýjasta verkefnið okkar var verkefnastjórnun við framleiðslu á nýrri náttúruminjasýningu í Perlunni á vegum Náttúruminjasafns Íslands sem lauk með glæsilegri opnun 1. desember síðastliðinn.“

Fjölbreytt bakland

„Við höfum stórt bakland sem eru frábærir samstarfsaðilar á sviði skemmtana, veitinga, tækni og ýmiss konar sérfræðiþjónustu í mannauðsmálum. Baklandið er vissulega umsvifamikið en styrkur okkar felst líka í því að yfirbygging Trío Events er lítil. Því erum við ávallt snögg til verka og hagkvæmur samstarfsaðili,“ segir Yr.

Trío Events er í Bláu húsunum á Suðurlandsbraut 48. Sími 771 1919. Sjá nánar á trioevents.is eða á [facebook.com/TrioEventsReykjavik](https://www.facebook.com/TrioEventsReykjavik).