

fiori

magazine



2016 VINTER

Den perfekte julegave til dine ansatte

Psst!

Kjøp abonnement
på fiori magazine
fiorimagazine.se



@fiorimagazine
facebook.com/fiorimagazine

fiorimagazine.se
info@fiorimagazine.se
Madeleine +4635-13 37 10



Velkommen til å bestille annonse!



fiori magazine
sendes ut till blomster-
butikker, blomsterdekoratørs-
skoler, grossister og leveran-
dører i Norge og Sverige fire
ganger om året.

Kommer ut i Norge 2017:

Vår uke 01
Sommer uke 16
Høst uke 31
Vinter uke 41

Annonse booking

Madeleine +4635-13 37 10
madeleine@fiorimagazine.se
fiorimagazine.se

fiori
magazine



05. LEDER

Tid for å tenke på

06. UTVALG

Bjørk

08. PORTRETT

Livsnyter og entreprenør

12. INSPIRASJON

Tomasz Max Kuczynski

18. TRENDER

Design Fair og Tendence i Frankfurt

22. PLANLEGGING

av store arrangement

24. #FIORIBILDEN

Instagrambilder

26. SPØRSMÅL TILL MADELEINE

Endre instilling på arbeidsplassen

27. SEND VIDERE

Marianne Kathrine Sunde

28. FARGELEGGE

Å fargelegge er mindfulness

29. TIPS FRA COACHEN

CV – veien til drømmejobben

30. ÅRETS INSTAGRAMMER

Fredrik Larsson

SJEFREDAKTØR: Madeleine Haraldsson

ANSATTE: Skribenter: Erika Boström, Madeleine Haraldsson, Linn Rafton, Sara Svensson, Madeleine Magnusson. Fotografer: Shutterstock, Alexander Mahmoud, Dan Lepp. Oversetter: Geir-Helge Aarnes

GRAFISK FORM: Anders Bergh

UTGAVE: Norge 3 000, Sverige 3 000.

UTSKRIFT: Bodoni AS, Bergen.
Papir: Edixion offset 120 g.

DISTRIBUSJON: Bring

KONTAKT: fiorimagazine.se
info@fiorimagazine.se
Annonsebooking: Madeleine Haraldsson
+4635-133 710

fiori magazine utstedt av flower deluxe
i Sverige AB

FØLG OSS PÅ:



FIORI MAGAZINE

fiori magazine er et uavhengig magasin, som ble grunnlagt i 2012. Det er distribuert til blomsterbutikker, blomsterdekoratørsskoler, grossister og leverandører i Sverige. Magasinet er gratis og kommer ut fire ganger om året.

Vi som jobber med fiori magazine har som mål å være det naturlige valget av inspirasjon for alle i blomsterbransjen.

Jobber du i blomsterbransjen og ønsker å få fiori magazine til din bedrift? Besøk vår hjemmeside for mer informasjon om hvordan du kan få bladet.

Tid for å tenke på

Håper dere har hatt en god start på høsten. Jeg besøkte selv Design Fair i

Lillestrøm og fikk noen fantastiske sensommerdager i Oslo. For en vakker hovedstad dere har, jeg har tidligere bare reist gjennom men nå fikk jeg en sjanse til å oppleve byen på riktig. Den første dagen begynte på best mulig måte med lunsj og en virkelig god guiding av Runi Kristoffersen. Bedre guide kunne jeg ikke få, og vi var rundt og besøkte en håndfull butikker. Før vi gikk skilte veier hadde Runi prikket inn de butikkene jeg burde besøke på ett kart, så dagen etter fikk jeg en veldig fin spaseretur gjennom hele Oslo før det var tid for å ta seg ut til messen.



Vi får invitasjoner til de internasjonale messene som vi har besøkt de seneste årene, og dette har gjort at man har blitt rutinitert på å besøke messer. I august var vi i Frankfurt og besøkte Tendence. En veldig fin messe som i forhold til størrelse er overkommelig. På to dager har man god tid til å komme gjennom alle hallene. På s. 18 kan dere lese mer om vår trend spaning.

Når vi snakker om messer så ønsker jeg å løfte frem turen vi har tenkt å gjøre med leserne til den nye store satsningen i Frankfurt, Flora Decora. Det er en messe som vil bli fylt med inspirasjon for oss blomsterdekoratører. Messen arrangeres samtidig som flere andre store messer, deriblant christmas world som er veldig stor og med fokus på fest og seremonier, absolutt ikke bare om jul. Benytte anledningen til å reis med oss, vi har ordnet veldig gode priser for dere. Det reisemyrket som arrangerer turen hjelper dere gjerne med å finne flytider som passer fra flere flyplasser i Norge. Sist men ikke minst vil jeg få takke dere for den fine responsen vi har fått på avisen. E-post, telefonsamtaler og kommentarer på sosiale medier betyr mye. Ikke nøl med å kontakte oss hvis du har noen tanker og ideer for bladet, innholdet skal vi utforme sammen.

Vel møtt,
Madeleine

Ny messeduo skaper nye muligheter!

Floradecora møter Christmasworld: Friske snittblomster og prydvekster er selvsikre dekorasjoner og gaver året rundt. Nå finner du dem sammen med det siste innen dekorasjoner og tilbehør til alle anledninger og høytider. Floradecoras salgskonsept er enkelt å integrere i sortimentet eller virksomheten for øvrig. Et fristende og innbringende tilleggssortiment som blir etterspurt av kundene!

Ett adgangskort, mange muligheter!
christmasworld.messefrankfurt.com
floradecora.messefrankfurt.com

christmasworld 27.–31.1.2017

floradecora 27.–30.1.2017

info@messefrankfurt.se
tlf. +47 21 31 94 44



messe frankfurt

Utvalg

Bjørk

IDÉ: SARA SVENSSON



NEVER el. bjørkenever er betegnelsen på den yterste del av barken på bjørketrær. Never består av døde celler, såkalte korkceller, noe som betyr at den er vanntett og dermed motstandsdyktig overfor råte. Never har blitt mye brukt til taktekkning som underlag for torvtak, men også som materiale for kurvfletting og andre nyttegenstander. (Källa: Wikipedia)

1. Kjøkkenhåndkle fra Pluto Produkter. 2. Vase fra Bloomingville. 3. Vase fra Cooe Design. 4. Potte fra Ferm Living. 5. Puff fra Ygg og Lyng. 6. Pote fra HAY. 7. Pute fra Svanevors





YANKEE CANDLE®

the world's best *loved* candle™



TL Månsson's AB – exklusiv distributör av Yankee Candle® i Skandinavien
035-370 88 · info@manssons.se · www.manssons.se

wikholmform

Velkommen til
vårt Showroom
og bestilling for
Våren 2017



Kontakt oss for besøk, personlig omvisning eller forhåndskatalog

Kontor/inneselger, Tove-Lise Dahl Acker, Tlf +46 (0)33 41 72 40, tove-lise.dahl-acker@wikholmform.se
Uteselger, Gjermund Skaarberg, Tlf +47 905 00 871, gjermund@wikholmform.no
Widar Larsen, Tlf +47 916 87 300, widar@wikholmform.no



● Vennskap, partnerskap og lang ferie Livs- nyter og entreprenør

TEXT: ERIKA BOSTRÖM

Drømmer om rene hvite strender og turkisblått hav kan ofte virke fjernt for en selvstendig næringsdrivende. Men med litt innsats og god planlegging kan ferier som er måneder lange gå i oppfyllelse.

Erika og Jane har et felles firma som heter "Åsa Blommor och Trädgård" (Åsa blomster og hage) sammen med sine menn Truls og Andreas, i det lille samfunnet Åsa i Sverige. De har sammen gjort det mulig å ta en lang ferie hvert år, til tross for at de eier en andel i firmaet.

Det begynte i 2007, da Erika og Andreas kom over et billig handelsgartneri.

– Om det blir fiasko så spiller det ingen rolle mente paret.

De slo til og startet opp sin egen butikk som i dag blomstrer. Paret har også vært i stand til å ansette.

Et bytte av lokalene åpenbarte seg i 2011, og forbundet med dette kjøpte vennene Jane

og Truls seg inn i selskapet. Sammen har de bygget opp en virksomhet som ikke bare gjør at hver og en av de fire partene kan utvikle seg innenfor sine spesielle felt, men også gir muligheter for lang ferie selv om man er selvstendig næringsdrivende.

FAVORITT SYSSELSETTINGEN ER PÅ REISE

Begge parene har en stor interesse for å reise, så er det ofte til varmere breddegrader som reisene går. Jane sier at hun og Truls liker å dykke sammen, så når det er deres friår passer de på å benytte anledningen til å tilbringe mye tid under havets overflate. Erika og Andreas har også reist mye sammen, men seneste friåret som de tok brukte de til å bygge hus. De har også valgt å tilpasse

ferietiden til å tilbringe mer tid med barna. Sammen kom de opp med ideen om lang ferie.

– Når du jobber som vi gjør, er det vanskelig å ha ferie om sommeren sier Erika; det er da vi har mest å gjøre.

OM ÅSA BLOMMOR & TRÄDGÅRD

NAVN: Åsa blommor och trädgård

SELSKAPET STARTET: 2007, Jane og Truls kjøpte seg inn i 2011

ANTALL EIERE: 4

ANTALL ANSATTE: 3

OMSETNING: 4441 TKR 2014

RESULTATER: 22 TKR, 2014



I perioden januar til mars er det roligere både i butikken og i anlegget. Hva er da bedre enn å ha lenge fri og utnytte ferien til det fulle?

STARTER MED GOD PLANLEGGING

Systemet bygger på at det ene året har man en uavbrutt fri periode på ca to måneder i løpet av januar-mars perioden. I løpet av den tiden tar det andre paret seg av både aktiviteter i selskapet sammen med de ansatte. Under sommerperioden er det ofte så mye å gjøre at ett par ikke hadde klart arbeidsmengden selv. Paret som ikke har hatt lenge fri, får litt ekstra ferie i løpet av sommeren. Men generelt sett så sparer man ferien sin til det året de skal ha lenge fri. Takket være nøye planlegging så innebærer ikke den lange fri-perioden noe økonomisk tap. Erika og Jane er enige om at det er en ferie variasjon som de er veldig fornøyde med.

– Jada, du må holde oversikt over e-post og svare på telefonen noen ganger også i løpet av ferien, men sånn er det vel for alle

entreprenører, sier Jane.

Erika legger til:

– Hvis du har en jobb som er morsom og som du liker, så det er ingen problem.

Begge parene er sikre på å overlate virksomheten i løpet av tiden de er borte,

„Jada, du må holde oversikt over e-post og svare på telefonen noen ganger også i løpet av ferien

og påpeker viktigheten av å ha en effektiv kommunikasjon også når man ikke er på plass. De er tross alt fire partnere, hvor alle er involvert i virksomheten. Det er viktig at du ikke føler deg utenfor i virksomheten for at du er på ferie.

– Det har vi nok en fordel i at vi også er venner privat. Vi kjenner hverandre godt og stoler på hverandres mening, sier jentene.

5 tips fra Erika og Jane

- 1. Planlegg!** Gjør det i god tid slik at effekten av den minskende arbeidskraften blir minimal. Sørg for å legge ferien til en periode når dere vet at det er mindre å gjøre.
- 2. Ikke vær engstelig** for å ta en avgjørelse selv om alle ikke er tilstede. Hverdags beslutninger må dere være i stand til å ta selv.
- 3. Pass på at det er nok midler** til å plukke ut lønn i ferien. Ferie skal ikke medføre økonomiske tap.
- 4. Ikke vær redd!** Det er viktig å jobbe med noen som deler den samme visjonen, men ikke vær redd for å våge.
- 5. Vær tilgjengelig** selv om du er på stranden. Det er viktigere at du svarer på en telefonsamtale ekstra og er til støtte, enn at dine kolleger går under i en krise hjemme

0% Fat
0% Salt
0% Sugar
100% LOVE



Roses with names er en fantastisk palett med mange ulike roser i sprakende farger og beskrivende navn. Lidenskapelige Furiosa, romantiske Belle Rose, stolte Athena, og mange flere. *Roses with names* står for skjønnhet, holdbarhet, etikk og miljø.

Takket være etiketten kan dina kunder enkelt legge akkurat sitt favorittrosenavn på minnet og kjøpe den igjen og igjen.

Riktige roser i butikken?

www.roseswithnames.com



AS INDIVIDUAL AS YOU ARE

Inspirasjon

BLOMSTERHANDLER:
TOMASZ MAX KUCZYNSKI

Tomasz Max Kuczynski er en lovende ung blomstede­koratør fra Polen. Han har deltatt i mange konkurran­ser og hatt utstillinger ved flere anledninger. Tomas har et eget selskap hvor han reiser rundt over hele Polen og holder kurser.









Bli med fiori til Floradecora!

28. januar-30. januar 2017

Endelig åpner en internasjonal messe for blomsterdekoratører! I samarbeid med Globus Resebyrå organiserer vi på fiori magasin en tur til den nye messen Floradecora i Frankfurt. Bli med oss og bli inspirert i Frankfurt, mens du får en sjanse til å knytte kontakter med nye folk i bransjen.

LØRDAG 28. JANUAR TAR VI AV! Turen inkluderer to netter på det nybygde hotellet Holiday Inn Frankfurt Messe. Hotellet ligger rett bak utstillingen (Hall 3). Bli inspirert og skap kontakter i bransjen sammen med oss og en stor gruppe av blomsterdekoratører. Du får adgang til messen hver dag og en deilig frokostbuffé på hotellet for å orke å gå hele dagen. Hotellet har også en restaurant /bar og man kan lett ta seg inn til Frankfurt.

Vi håper dere vil bli med oss på en veldig inspirerende reise!

MERK! Begrensede plasser! Påmelding til: resor@globus.no tel: +46 864 22000



TUREN INKLUDERER:

- Flybillett tur/retur med SAS, økonomi klasse
- Del av dobbeltrom, 2 netter
- Frokostbuffé
- Adgang til messen
- fly og hotell skatt

DATO:

Lørdag 28. januar - Mandag 30. januar

PRIS:

Priser fra Oslo og andre destinasjoner
fås på forespørsel



For mer informasjon:
globus.no

fiori
magazine

Får vi sjans på deg?

Søkes:

Blomsterbutikker som elsker selvstendig arbeid og som brenner for å spre kjærlighet med blomster. Du ser det som en selvfølge å få markedets høyeste provisjon.

Vi er:

Et seriøst firma med nettverk over hele verden. Vi elsker å hjelpe våre kunder med å glede sine nære og kjære. For oss er det viktig at både sinn og hjerte er med i alt vi gjør.

Vil du spre blomstrende kjærlighet med oss? Ring eller send oss en epost så forteller vi mer om fordelene med blomsterformidling: 67 17 69 20 eller butikk@euroflorist.no.



**POP UP STORE.**

Messen hadde en pop up store som ble stilet av xx. I konseptbutikken var det mulighet til å kjøpe utvalgte produkter, men ellers var fokus på inspirasjon.

Oslo Design Fair

TEKST & FOTO: MADELEINE HARALDSSON

Oslo Design Trade er Skandinavias nest største messe og etter den gigantiske forandringen i fjor, har dette blitt en messe man må regne med. Messen hadde i år 446 utstillere, og de rundt 12.000 besøkende fikk over fire dager sjansen til å gjøre kjøp og lytte til inspirerende foredrag.



POTTER. Fargen på denne potten vil vi se mye i tiden som kommer, en blå/grønn fargetone. Potten kommer fra det svenske merket Dbkd.



På messen var det en liten utstilling av norske designere som har sin produksjon hos små amerikanske selskaper. På bildet ser dere produkter utviklet av Bjørn van den Berg.



LYS BLÅ OG BRUN.

Ment satset på redaksjonens favoritt som er kombinasjonen av lys blå og brun, i sin nye kolleksjon som ble stilt ut på messen. Selskapet er alltid like treffsikre når de presenterer store håndverk i moderne form. Produkter fra Ment. ▼



Frankfurt Tendence

Under vår messereise i slutten av august, besøkte vi Tendence i Frankfurt. En tysk messe med internasjonal puls. På denne utstillingen finner du ofte nye talenter i design. Det nære samarbeidet messen har med design utdanningen på Frankfurt-universitetet ser man tydelig ved at studentene får sjansen til å vise frem sine produkter.



LEKENHET. Lekenhet er noe som ser ut til å være på fremgang. Kopper blir potter med glade ansikter.

Urban Garden trenden fortsetter å vokse. fiori falt for disse herlige mintgrønne plantevognene.



REINSDYR. For noen år siden kunne du se ugler overalt, nå er det reinsdyr som gjelder.



BJØRKER. Bjørkene begynte allerede på begynnelsen av året å snike seg inn på messer, men på Tendance gikk det bokstavelig talt inflasjon av treet. Det var mange stander som hadde bjørkestammer som rekvisitter og i mengder av produkter kunne man se en tydelig inspirasjonen fra akkurat bjørk.

Planlegging av store arrangement

TEKST: LINN RAFTON FOTO: ALEXANDER MAHMOUD & DAN LEPP

Ett arrangement kan se ut på mange måter. Det kan være et lite firma arrangement, et bryllup, en bursdagsfest eller noe stort; For eksempel Nobelfesten eller et kongelig bryllup. Uavhengig av størrelsen på arrangementet, så har de en fellesnevner i hvordan planleggingen er gjort.

Per Benjamin har lang erfaring med arrangementer og i 2015 jobbet han med Nobel banketten. Per har mange gode ideer om hvordan man planlegger ett arrangement og hvordan arbeidet rundt det kan gå til.

Det er viktig å ha en portefølje å vise til kunden når man vil selge inn en idé, sier Per som sitt første tips. Dette gjør det enkelt for deg å visualisere ideen din, men også for å vise hva som er dine sterke sider. Ved å vise bilder av tidligere arbeid, kan du bedre forklare kunden hva blomstene tilfører, og hvordan de kan brukes til å formidle både budskapet og følelser. Blomstene kan gjerne få en sentral rolle i ett arrangement sier Per, som også mener at det er viktig å tenke utenfor rammen for å skille seg ut. Blomster på ett arrangement kan være så mye mer enn en vanlig dekorasjon i oasis, eller i vaser på bordet. Et godt triks, sier Per, er å ha som utgangspunkt at man bør prøve å skildre en følelse eller en tanke. I et arrangement havner du et sted mellom interiør, blomster

” En bukett som ser bra ut i butikken, gir kanskje ikke samme effekt i lokalet der arrangementet skal være



Svenske Dronning Silvias kuvert under Nobelmiddagen.

og kunst, og alt blandes sammen.

Per forteller ytterligere at en god måte å selge sin ide til kunden er å forklare hvordan man med hjelp av blomstene kan styrke selskapets eller produktets personlighet og kjerne. Prøv å tenke på temaer, farger, former og lignende som du kan fange opp i arbeidet med blomster. Ved å forklare for kunden at det bidrar til å bedre kommunisere selskapets produkt eller formål, har du også en salgstricks.

Når du har solgt ideen til din kunde, kan du starte planleggingen. Et godt tips som Per vanligvis bruker, er å prøve å finne et tema for arrangementet. Han tar Nobelfesten som et eksempel:

– Nobel handler om fortiden og fremtiden. I dette tilfellet valgte jeg å fokusere på medaljen som deles ut. Er det for eksempel et firma-arrangement så kan jeg heller fokusere på en logo eller et produkt. Jeg ser på de som jobber i selskapet og prøver å finne en fellesnevner som jeg kan bruke i et tema, fortsetter han.



Hedersgjesterens bord under Nobelmiddagen.

Priser og budsjett er en annen del av planleggingen som ikke alltid er lett. Per sier at han vanligvis prøver å tenke på å bruke materialer som fyller godt og ser ut som mye. Noen grunnblomster er svært rimelige og de kan man forsøke å arbeide med i første omgang, så kan du legge til et par eksklusive varianter for å få frem detaljene. Et annet tips Per har er at man ikke henger seg opp i enkelte blomsterarter. Et godt utgangspunkt er å tenke på hva som er rimelig og gir en god blanding. Tenk på hvilken effekt blomsten gir på stedet og se om det er den effekten du ønsker å få til.

Hvis det ikke ble bra bør du prøve å bruke en annen blomster. Ved å besøke stedet for arrangementet på forhånd er det også lettere å skape et bilde av miljøet og hvordan blomstene vil ta seg ut.

– En bukett som ser bra ut i butikken, gir kanskje ikke samme effekt i lokalet der arrangementet skal være, sier Per.

For ikke å la prisen bestemme for mye forklarer Per at det er bra å diskutere farge, størrelse, form og design som den første fasen. Når man da er enig om dette kan ulike blomstre diskuteres og til slutt prisen.



7 tips når du skal gjøre ett arrangement:

- 1. Materiale:** Finn ut hvilke blomster som holder seg bra. Mye kan være nødvendig å gjøres allerede 1-2 dager før, og da er det viktig å kjenne sitt materiale.
- 2. Å prøve ut ting.** Hvor lenge kan en nellik klare seg uten vann? Om du ikke vet det, så må du prøve og se. Og dette er noe du kan teste over tid. Når du får en bestilling, så kan du teste fra tid til annen med forskjellige varianter og notere resultatet. Da trenger men ikke prøve alt på en gang, når du får en arrangement i fremtiden.
- 3. Lag prototyper.** Da vet du hvor mye materiale du behøver, du kan teste ulike teknikker og du vet hvor lang tid bør du beregne at arbeidet tar.
- 4. Besøk lokalene med kunden.** På den måten ser dere samme bildet, og du kan vise tydelig hvordan du har planlagt arbeidet.
- 5. Kom i kontakt med andre som jobber på arrangementet.** Det er bord som skal dukes og mye mer som skal forberedes. Sjekk hvor du kan være og arbeide for å minimere risikoen for å være i veien for andre.
- 6. Møt alltid kunden og vis fram når alt er klart.** Da har kunden mulighet til å vise om det er noe som er behøver å endres hvis det ikke har blitt som kunden hadde tenkt. Kunden kjenner seg også trygg på at du har kontroll på arrangementet.
- 7. Sist men ikke minst,** ta kontakt med kunden etter hendelsen og gjør en evaluering før fakturaen blir sendt. På denne måten kan du sikre deg at kunden er fornøyd og selv få en tilbakemelding.

#fioribilden

Vi får dagligen god respons med många bilder. Vi är tacksam för att dere er så många som er engasjert og dele med seg av inspirasjon til kolleger, ikke bare i Skandinavia, men fra alle verdens hjørner. Et utvalg av de bildene blir publisert i fiori magazine.



- 1 @houseofedeninterior Kaktusar syns numera överallt, även hos Eden.
- 2 @stefanflowers I C E
- 3 @blomkjenwenje
- 4 @lillesandblomster Høstfat.

- 5 @omhulda Fjärde advent.
- 6 @dekorina Echeveria - igen. Finnes så mange fine varianter!
- 7 @svea79flowers
- 8 @floristenahlund Måndag morgon och jag

tillbringar den med ett gäng Dahlior med namn, café au lait.

- 9 @tulpanblomsterverkstad Dessa läckra hjärtan att pynta efter egen fantasi och säsong hittar ni hos oss. Happy lördag!



10 @tina_von_wowern En tuva med ljus från @annasdilicht är någon som älskade hortensia och klematis istället för band, hyvlat trä. Ljusen tas med hem efter begravningen

11 @floristenahlund I dag har vi många järn i elden. Vi förbereder inför lördagens v75 på Örebrotravet och morgondagens två bröllop.
12 @tina_von_wowern Dopkrans, ett hållbart

minne från en fin dag.
13 @fiorimagazine Ni måste spana in vår hashtag #fiorikransen Riktigt många fina kransar har lagt upp i flödet de senaste veckorna.



Endre din instilling på arbeidsplassen

TEKST: MADELEINE MAGNUSSON

Livscoach Madeleine gir deg tips om hvordan du kan endre din instilling på arbeidsplassen.

Det lettere å akseptere at noen har en annen mening enn deg i hverdagssituasjoner enn hvis situasjonen skulle bli mer alvorlig. I arbeidssituasjoner hører vi for eksempel ofte: "Jeg blir så irritert på Ola. Han gjør aldri det jeg ber ham om. Jeg har prøvd alt." Dette betyr egentlig at Ola er et problem fordi han mener noe annet.

Det at hans oppførsel ikke følger det som er akseptabelt i gruppen, gjør slik at du blir mer og mer irritert på Ola. Du tror kanskje at du vil føle deg bedre hvis du får snakket ut med en annen kollega og klaget litt. Men det er ikke sikkert at det er den beste løsningen.

HVA KAN DU GJØRE I STEDET?

Først og fremst trenger det ikke å være et problem. Hvis du opplever Ola som et problem eller ikke handler hovedsaklig om vår egen instilling. Faktum er at vi selv kan velge hvordan vi vil reagere på omverdenen. Vi har ansvar for vår egen trivsel. Det er ikke Ola eller noen andre som gjør deg irritabel. Tenk deg i stedet at du har et valg.

Du behøver ikke tro på alle dine tanker men du kan velge hvordan du vil oppleve dem. Dette kan være en vanskelig sannhet å akseptere. Vi er vant til at man blir lei seg om noen gjør noe dumt, eller glad for at noen gjør noe godt mot oss.

Men nå er det ditt ansvar. Det er plutselig ikke den andre personen som er ansvarlig for dine reaksjoner.

TA KONTROLL OVER DIN EGEN INSTILLING.

Det første du kan gjøre er å være klar over at det ikke er den personen du møter som er ansvarlig for at du føler som du gjør. Det er lett at vi skylder på andre mennesker og situasjoner om noe blir feil. For eksempel kan vi si: "været gjør meg depriment." Været gjør deg ikke depriment. Du kan velge å reagere på været på den måten, men det behøver du ikke. Det vil være mer psykologisk riktig å si "jeg får deprimerende tanker når været er som dette" eller "Jeg velger å føle meg irritert når Ola oppfører seg slik". Det tar bare et øyeblikk å stoppe opp og spørre deg selv; "Hvorfor føler jeg som jeg gjør? ønsker jeg å bli irritert av Ola? ønsker jeg å føle meg depriment på grunn av været?" Noen ganger er svaret positivt, men som oftest er svaret nei. Nå har du tatt det første skrittet for å bevisst velge din instilling. Alt som skjer i livet har to sider akkurat som en mynt. Det er alltid en positiv og en negativ side. Det ene kan ikke eksistere uten det andre.

Det finnes ingen medisiner. Bare én ting – å ta kontroll over din egen instilling.

ØVELSE: KONTROLLER DIN INSTILLING

Da vi tilbringer en stor del av vår tid på jobben, er det viktig at vi trener på vår attityde der. Start med å skrive ned alt som er positivt om din jobb. Les det så ofte du kan, minst to ganger om dagen. Dersom du ikke finner noe positivt om jobben din, så kan du skrive ned alt som er negativt. Det er en god start, og vi må begynne et sted. Husk hva jeg sa om polaritet, det negative kan ikke eksistere uten det positive. Derfor skal du

vende på det negativ og skrive det motsatte.

Vi tar et eksempel; La oss anta at du ikke fant noe positivt om jobben din og derfor opprettet en negativ liste. "Sjefen min har en veldig dårlig attityde, er veldig ulykkelig og vanskelig å jobbe med." Det kan være en beskrivelse som passer mange sjefer, og det er derfor vi kaller dem sjefer og ikke ledere. Husk at din instilling begynner med dine tanker, og at du har et valg. Du kan velge å reagere, noe som er en ubevisst handling, eller du kan gjøre et bevisst valg og handle/agere. Du velger å praktisere din attityde kontroll, og tenke rolig først før du handler/agere. Når du reagerer, så skylder du på sjefen for at han/hun gjør slik at du føler deg dårlig.

Men husk at det ikke blir bedre fordi du legger skylden på sjefen din for at du føler deg dårlig. Her har du et valg; å kontrollere instillingen din.

Hva er så fordelene med å jobbe for en sjef med en dårlig attityde? Jo da får du en ny sjanse til å styrke din mentale evne og praktisere attityde kontroll. Tenk for en mulighet! Om du tenker lenge på dette, kan det bli spennende å jobbe for en slik sjef.

Og jo mer du øver, jo mer vil du også legge merke til at folk rundt deg forandrer seg.

Ved å stoppe og innse ansvaret ditt, vil det bli lettere og lettere å ha kontroll over dine følelser. Noen øyeblikk vil være vanskeligere enn andre, men vær oppmerksom på at hver gang du lykkes, har du gjort en liten endring i den formbare hjernen din. Neste gang vil hjernen din støtte deg litt mer, det blir litt lettere for hver gang. Og til slutt har du opprettet en ny vane.

Marianne Kathrine Sunde

Beskriv dig själv med max fem ord?

– Viljesterk, energisk og positiv.

Var det en självklarhet att du skulle bli florist eller har det funnits andra yrkesdrömmar?

– Nei det var det ikke men at det skulle bli noe kreativt visste eg.

Har du något bra tips på hur man kan få bra stämning bland arbetskamraterna?

– Heie på hverandre, bygge et bra team og ha felles mål.

Vad satsar er butik på nu till jul? (trender?)

– Vi satser på naturmaterialer, i produkt og i blomsterarbeid.

Om man ska ge dig en bukett blommor vad skulle du då uppskatta att få?

– Nett nå kunne eg ønske meg en vakker høst bukett med kongler og varme farger.

Ge oss ditt bästa tips för att bli peppad inför hårt arbete och långa timmar under julen i en blomsterbutik!

– Eg tenke at god planlegging og system er viktig, ellers hjelper ofte god mat og søvn i mellom jobbinga.

Vem vill du skicka tråden vidare till?

– Elin Havreberg, vi gikk i klasse på Veia og har deltatt i lag på Veia mesterskap etterpå. Elin er ei unik blomsterjente med masse spennende og kreative ideer.



OM MARIANNE

NAMN: Marianne Kathrine Sunde

ÅLDER: 31

BOR: Dale i Sunnfjord

ARBETAR: Lailas blomster



@fiorimagazine
facebook.com/fiorimagazine

fiori magazine finns
så klart på Instagram
og Facebook – følg oss!

fiori
magazine

fiorimagazine.se
info@fiorimagazine.se
Madeleine +4635-13 37 10



#fioribilden
#fioribrollop
#fiorikransen

Hashtag dine bilder på
Instagram for å få sjansen
til å bli eksponert i våre kanaler.

Fargelegge

Å fargelegge er mindfulness. I følge studie gjør det deg fokusert og reduserer stress. La kreativiteten blomstre og verden utenfor visne. Designerduoen Lena Melin og Livet Gisslandi fra Gøteborg står bak illustrasjonen. Alle design og illustrasjoner som de skaper, er i utgangspunktet håndlaget.



Tiltalende CV veien til drømmejobben

TEKST: LINN RAFTON

En tiltalende CV kan være veien til drømmejobben. Ved å holde deg til noen få rubrikker og noen enkle regler, er det heller ingen kunst å skrive.

Curriculum vitae (CV) betyr levnetsløp og er et dokument som presenterer dine ferdigheter, erfaringer og kvalifikasjoner på en effektiv og klar måte.

Dette presenteres under bestemte rubrikker og i kronologisk rekkefølge med det mest aktuelle øverst:

- Personlige opplysninger
- Navn
- Personnummer
- Kontaktinformasjon
- Alternativt ett foto

ARBEIDSERFARING OG PRAKSIS:

Om du har hatt mange kortere arbeidsperioder, kan du velge å bare ta med de arbeid du har hatt som er relevante for stillingen du søker.

Tenk på å ta med:

- Hvilken stillingstitel hadde jobben?
- Hvem er arbeidsgiver (f.eks. Blomsterhuset, Oslo)
- Hvilke arbeidsoppgaver hadde du, og gjorde du noe du er ekstra fornøyd med (f.eks. ansvar for bedriftskundene. Tok initiativ til en effektivere håndtering på

lageret, og gjennomførte dette.)

- Når og hvor lenge arbeidet du på dine jobb? (f.eks. Juni 2012 - mai 2014)

Det er å kunne samarbeide og ta ansvar er to verdifulle egenskaper. Her kan du ta opp sammenhenger du har deltatt i som viser at du kan dette.

UTDANNING:

- Hvilken utdanningen (f.eks. Juledekorasjoner)
- Hvem var ansvarlig for utdanningen (f.eks. Blomsterskolen)
- Hva lærte du deg (f.eks. å skape en moderne juledekorasjon og å tenke nytt rundt julegrupper)
- Når ble den gjennomført (f.eks. november - desember 2013)

ØVRIGE MERITTER

Datakunnskaper, språkkunnskaper, sertifikater osv. Har du vært idrettsleder, hatt foreningsoppdrag eller fått noen form for utmerkelser så kan du ta med det her.

PERSONLIGE EGENSKAPER

Ta opp personlige egenskaper som er en fordel for den jobben du søker. Gi eksempel

på situasjoner (f.eks. Jeg har for å ta kontakt med mennesker og å begynne å småprate. Dette medfører ofte at vår stand har besøk hele tiden når vi er på messer.) Ikke overdriv og unngå negative uttrykk som "jeg kan ikke" eller "jeg er ikke flink til".

REFERANSER

Under denne rubrikken er det nok å skrive "leveres på forespørsel". Kontaktinformasjon til referansene dine skal du bare gi på forespørsel. Samtidig må du huske å informere referansene dine om at de kan bli kontaktet.

PERSONLIG BREV

Når du gjør en jobbsøknad så hører det også med at man skriver ett personlig brev. Et personlig brev bør ikke være på mer enn en A4-side og inneholde:

- En rubrikk som vekker interesse
- En presentasjon av deg selv
- Hvorfor du vil ha denne jobben
- Hvorfor arbeidsgiveren skall ansette akkurat deg
- Noe du har gjort og er stolt av i dine tidligere arbeid

#larsson_fredrik_

Vi velger hvert år en instagrammer som vi følger i løpet av året. Årets instagrammer er Fredrik Larsson, blomsterdekoratøren som synger opera. Han er hobbyfotografen som skriver en bok. Han er en gründer som underviser. Fredrik Larsson har mange jern i ilden.



1



2



3



4



5



6



7



8



9

- 1 Fruktig brudbukett till septemberbrud.
- 2 Nyanser av vin.. Kaxiga chokladblommor tillsammans med dramatisk amaranthus.
- 3 Pop-up på söder med @malinmalva. Enorma dahlior direkt från Brunnvikens trädgårdar
- 4 Älskar att botanisera i clingancourts antikområde.

- Här finner man inspiration i de mest oväntade skepnader
- 5 Himmelsblått och skymningsrosa. Temat på bröllopet till närmaste vännerna.
- 6 Handlöst förälskad i både vaser och golv. Två Uppsala-Ekebyvaser fyndade på Österlen.

- Fick dock snällt lämna golvet där det låg..
- 7 I nervös väntan på konsertdax. Mor och son i lackpjuck.
- 8 kål i kruka. Höstdramatik i all enkelhet.
- 9 Sista fixet i montern pågår. Imorgon presenterar vi trädgårdstrenderna för 2017 på Elmia Garden.

Notat



Denim Drift

Colour of the Year 2017

Design og farge visjonærer på Azko-Nobels Global Aesthetic Center spør at tema for neste år vil være Life in a new light. Ganske enkelt en ny måte å være. Stilen representerer hva teamet beste tror reflektere dagens livsstil i en verden som er i stadig endring.

Den denim blå fargen er forventet

å dukke opp overalt i 2017 og er beskrevet som "en herlig, tidløs og allsidig grå-blå nyanse hvis egenskaper varierer, avhengig av hvordan den er brukt og fanger stemningen i et øyeblikk perfekt og uttrykker våre liv for 2017". Vi ser frem til en vår omgitt av ett nytt, spennende, denim blått lys.

12150

bilder har vår
hashtag #fioribilden
i Instagram.
Hashtag du også!

Triks! Har du dårlig plass i din iPhone?

Med dette geniale triks kan du frigjøre mye plass på telefonen. Va.se har klart å gå fra 700 MB til 1,8 GB med tilgjengelig plass på telefonen i en test. Trikset er at du går inn i iTunes og finner en gjenstand (fortrinnsvis en spillefilm) som krever mye større plass enn din iPhone har igjen. Siden telefonen ikke har nok plass, vil du bli henvist videre til innstillinger, som automatisk tryller frem mer plass på telefonen.



Tror du ikke oss? Prøv selv på
va.se/nyheter/2016/05/25/enkelt-knepper-mer-ledigt-utrymme-i-din-iphone/

Oppslag

Skribent ønskes

fiori magazine søker dyktige norske skribenter til vårt magasin.

Vi foretrekker at du er en blomsterdekoratør.

Ta kontakt med
redaktør Madeleine,
madeleine@magazinefabriken.se

Jobb for oss!

Nå skal vi utvide vårt team med en selger! Er du opptatt av salg, har et bredt kontaktnett og ønsker dessuten å utvide dine kunnskaper mot det norske markedet? Da syns vi at du skal sende oss en e-post med en kort beskrivelse av deg selv, din kontaktinformasjon og din CV. Det er en stor fordel om du kan bransjen.

Vi ser frem til å utvide vårt team!

Oppslagstavla er et stående innslag i magasinet der du kan sende inn oppslag. Her er muligheten til å bli sett hvis du er på jakt etter ansatte, ønsker å selge virksomheten din, eller vil formidle en beskjed til kolleger rundt om i landet. Kontakt oss for mer informasjon.

Returadress:
Bodoni AS
Postboks 6045
5892 Bergen



FlowerDirect AS

TA DEL I VÅR FANTASTISKE VARESTRØM

Bestill dine blomster:
Fra Cash & Carry lager i Oslo
Fra lager i Holland eller andre steder i verden
Fra varer som er på vei

ALT I EN OG SAMME PORTAL

Besøk oss på
www.flowerdirect.no
eller på sosiale medier