



Arkivfoto: Jonas Pryner Andersen

MIT KULTURFORBRUG

“Jeg bruger altid min morgen på at blive mentalt klar”

Iværksætter, coach, foredragsholder og underviser Brian Djerne Nielsson træner andre i at holde det mentale i balance og undgå stress

Af Emma Klinker Stephensen

Det første, jeg læser om morgenen: “Jeg læser faktisk ikke noget om morgenen. Jeg bruger altid min morgen på at blive mentalt klar til dagen ved at meditere kombineret med en løbe- eller rotur.”

Det ser jeg, når jeg vil underholdes: “Jeg elsker at slappe af til en god film, og så er jeg også vild med dokumentarer om mennesker og personlig udvikling, fordi de er med til at udvide min horisont og gøre mig dygtigere indenfor mit felt som coach og foredragsholder.”

Det hører jeg: “Qua mit arbejde med at coache mennesker i at flytte sig fra stress til at blive mere nærværende, kører jeg en del rundt i landet, og her elsker jeg at høre musik, fordi det gør mig glad og



Brian Djerne Nielsson, iværksætter, coach, foredragsholder og underviser.

giver energi. Derudover holder jeg meget af lydbøger, hvor jeg lige har afsluttet “En fortælling om at være træt” af **Anders Haahr Rasmussen**, der på en underholdende vis giver et billede af resultatet af for meget pres i hverdagen, og hvordan man kan undgå det.”

Det læser jeg: “Jeg læser mest faglitteratur. Gerne om

hjernen, nervesystemet, meditation, fysisk træning og personlig udvikling. Og så har jeg med stor glæde læst alle bøger af min bror **Arne Nielsson**, der blandt andet giver nogle redskaber til at skabe selvindsigt og blive klogere på andre menneskers livsverdener.”

Det oplever jeg: “Jeg elsker at være i naturen, hvad end det er på cykel, ski, i vandet eller på gåben. Det giver mig fornyet energi at være udenfor, og for mig er det en måde at komme ned i gear på. Min baggrund som iværksætter har lært mig, at det ikke er et problem at arbejde i et højt gear, men når man gør det for længe, så mister man overblik, kreativitet og beslutningsdygtighed.”

Favoritapp: “**Google Maps**, fordi den har reddet mig for mange trafikpropper. Jeg bruger den stort set altid.”

FYLDER ÅR

Pia Laub
Topdanmark
Direktør



50 Pia Laub, direktør hos forsikringsselskabet **Topdanmarks Landbrug & Erhvervsdivision**, fylder i dag 50 år. Hun har været direktør hos Topdanmarks flagskib landbrugs- og erhvervsdivision siden juni 2018. Før det var hun direktør hos forsikringsselskabets landbrugsdivision. Hun har tidligere været ansat hos forsikringsselskabet **Tryg**, hvor hun startede i direktionssekretariatet og derefter bestred ledende stillinger i både privat, erhvervs- og industriområderne. Hun har en master i økonomi fra **ESCP Europe** og har bl.a. deltaget i et executive coach program fra **Coaching Institute** og senest suppleret med en efteruddannelse i board leadership masterclass fra **CBS Executive**. Hos Topdanmark har hun især haft fokus på personlig rådgivning af kunderne i samspil med digitale løsninger og på at skaffe samarbejder med ledende aktører i dansk landbrug. Samtidig har Pia Laub fokus på, at virksomheden forstår kunder-

nes virkelighed, så produkter og services skaber værdi for kunderne.

Søren Nørbæk
Bech-Bruun
Advokat og partner



40 Søren Nørbæk, advokat og partner hos advokatfirmaet **Bech-Bruun**, kan i morgen fejre sin 40-års fødselsdag. Han er født og opvokset i Esbjerg og flyttede til Aarhus i år 2000 for at studere jura på **Aarhus Universitet**. I 2009 kom han til Bech-Bruun og tiltrådte i 2016 som partner. De sidste 14 år har han arbejdet med virksomhedsoverdragelser og rådgivet både danske og udenlandske virksomheder med opkøb og salg af virksomheder. Gennem årene har han opbygget en stærk ekspertise på området fra bl.a. it-virksomheden **Silkeborg Data**. Blandt klienter er han værdsat for sin rådgivningsstil, der er direkte, kommerciel og løsningsorienteret. Derudover er Søren Nørbæk kendt som klienternes mand, der altid er tilgængelig, villig til at hjælpe og besidder et stort drive.

■ Ønsker du omtale på disse sider?

I forbindelse med jobskifte, forfremmelse, hæder eller jubilæum kan du få dit navn, billede og en tilhørende tekst i Børsen.

Send dit bidrag til profil@borsen.dk. Det koster ikke noget, men vi forbeholder os ret til at redigere i stoffet, inden vi eventuelt bringer det i avisen.

Husk at dit bidrag skal være os i hænde senest fire hverdage før offentliggørelse.