



## Program for RYLA 2025

Thon Hotel Snø på Lørenskog

10.-12. oktober 2025

### Tema – ledelse og kommunikasjon

#### Fredag 10. oktober

- 10.00-10.30 Registrering
- 10.30-11.00 **Åpning v / distriktsguvernør Sean Armana**
- 11.00-12.00 **Foredrag v/ Paal Leveraas**, Executive coach
- 12.00-13.00 Presentasjon av deltagerne, oppdeling i grupper.
- 13.00-13.45 *Lunsj*
- 13.45-15.15 **Foredrag v/ Henrik Syse og Jenny Syse**
- 15.15-15.45 **Gruppearbeid** + tilbakemelding  
Hva er det viktigste vi kan lære av dagens foredragsholdere?
- 15.45-16.00 *Innsjekking – Ta klær og sko som passer for aktivitetene i Snøhallen*
- 16.00-17.00 **Foredrag v/ Espen R. Nakstad**, overlege og jurist
- 17.00-17.15 Introduksjon til kveldens gruppeoppgave
- 17.15-18.45 Aktiviteter i Snøhallen
- 19.30-21.00 *Middag*
- 21.00 **Gruppearbeid** – forberedelse av gruppenes innslag under middagen lørdag

#### Lørdag 11. oktober

- 08.00-09.00 *Frokost*
- 09.00- 10.00 **Foredrag v/ Gunn Helen Hagen**, CEO Nova Spektrum
- 10.00 -11.30 **Foredrag v/ Rikke Rokke**, organisasjonsutvikler Aker Solutions

- 11.30-12.00 **Gruppearbeid** + tilbakemelding  
Tanker om ledelse med bakgrunn i de foredragene vi har hørt
- 12.00-13.00 **Foredrag v/ Eivind og Tobias**, gründere
- 13.00-13.45 *Lunsj*
- 13.45-14.45 **Foredrag v/ Aon Raza Naqvi**, forfatter og gründer
- 14.45-15.30 Pause og forberedelse til kveldens underholdning
- 15.30-16.30 **Foredrag v/ Nima Shahinian**, astronautkandidat, industridesigner
- 16.30-17.30 **Gruppearbeid**
- 17.30-18.00 Tilbakemelding fra gruppearbeid. Oppsummering av dagen
- 19.00- *Middag med underholdning fra gruppene*

### **Søndag 12. oktober**

- 08.00-09.00 *Frokost*
- 09.00-10.00 **Foredrag v/ Aiman Shaqura**, gründer, forretningsutvikler
- 10.00-11.00 *Pause/rydde rom/utsjekking/gruppearbeid*
- 11.00-12.00 Foredrag **v/ Elaine Bloom**, karriereveileder og coach
- 12.00-13.00 **Foredrag v/ Oslo Rotaract International** v/to medlemmer som også vil fortelle om hva Rotaract/Rotary betyr for dem i å utvikle seg selv.
- 13.00-14.00 *Lunsj*
- 14.00-15.00 Oppsummering/evaluering av RYLA 2025
- 15.00- *Avreise*