

# ABLE TRAINING CONSULTANCY

## Singapore

**Established 1994**

- April Chua
- Regional Training Manager, StanChart
- Mentors – Lena Koh, Hwa Pak Cheong
- Master in Education, Sheffield University, UK
- USA, Australia - NLP, Super Teaching, Mind Science, Money&U, Tony Robbins, Art of Living, Human Evolution, Wholistic Health,...

- A-Action
- B-Based
- L-Learning
- E-Environment
- Work & Practise orientated, Fun, Captivating, Easy Assimilation

## Services in ASEAN, Asia

- Training Needs Analysis
- Training Programmes Development & Management
- Train the Trainers
- Technical Skill Training: Global Product Launch
- Soft Skill Training: Communications Skills, Negotiation, Human Potential Development..
- Coaching
- We developed Interns, PMETs, C-Suite staff

- Our Clients of many years:
- Banking & Finance
- Large MNCs
- Government related organisations
- Listed SG Companies
- NGOs, social welfare & community organizations (Corporate Social Responsibility)

## ABLE Organizational Approach

- Collaboration-based
- Team work
- Borderless, Internet, unrestricted
- Constant Research, Learning, Development & Sharing
- Applying everything we know to serve

# HUMAN POTENTIAL DEVELOPMENT

## The Art of Living - APEX (Achieving Personal Excellence)

- Personal Productivity - stress, energy, creativity, human relationships
- Confidence, self-reliance, creativity, intuition
- Breathwork, mindwork – scientifically studied



**SATS**  
*Service on a higher plane*

EXIT

Inflight Catering Centre 1

RESPONSIBILITIES

(WELL-BEING OF FAMILY)  
COMPANY'S SELF







## CSR - WHOLISTIC LIVING for better performance, life

- Art of Living
- Kampong Senang Foundation
- Groundup Initiative
- Missions - Church, Buddhist
- Public Education - Mediacorp, SPH



# Mediacorp TV shoot



# 硕士夫妻档教你 呼吸养生

文 / 郭倩婷



保健百分百  
**对话**

▼谢国强和妻子蔡惠珠除了  
一起创业，也  
是“生活的  
艺术”课  
程的义务  
教师。  
(饶进  
礼摄影)

◆记者  
★国强  
●国强和惠珠  
■惠珠

▲谢国强夫妇  
教导学员练习净化  
呼吸法，让身体重  
新“充电”。(饶  
进礼摄影)

◆国强，你曾提及自己没念完中学，你是如何取得今天的成就？

★国强：我有相当强的好奇心，喜欢尝试不同的新事物，虽然自己中学没毕业，但我依然不断的学习。

离开圣约瑟中学的时候，我曾做过临时工如书记、罗厘司机和售货员等工作，后来就决定继续进修，以便找到更适合自己的和收入较好的职业。

我去报读资讯科技课程，取得专业文凭之后，有机会在本地和美国跨国公司担任资讯技术人员。

◆请简单介绍“生活的艺术”课程以及其优点。

●国强和惠珠：“生活的艺术”课程包

## 夫妻都是专业人士

谢国强（49岁）和蔡惠珠（48岁）这对夫妻档，都是专业人士，国强拥有澳洲墨尔本皇家科技学院的商科硕士学位（资讯科技），而惠珠是人力资源方面的专才，拥有英国谢菲尔德大学（University of Sheffield）的教育硕士学位（培训与发展）。她和丈夫一起携手创业之前，在渣打银行工作了18年，曾经担任渣打银行区域培训与发展部的培训经理。

夫妻俩在1994年决定携手创业，成立自己的咨询公司ABLE Training Consultancy Pte Ltd，为多家跨国公司以及本地上市公司提供有关培训咨询等方面的服务。两人从1998年起，也担任“生活的艺术（Art of Living）”课程、Healing Breath Course以及Apex等的义务教师，指导学员如何通过各种呼吸法来减压、松懈身心、提高生活素质和促进身体的健康。

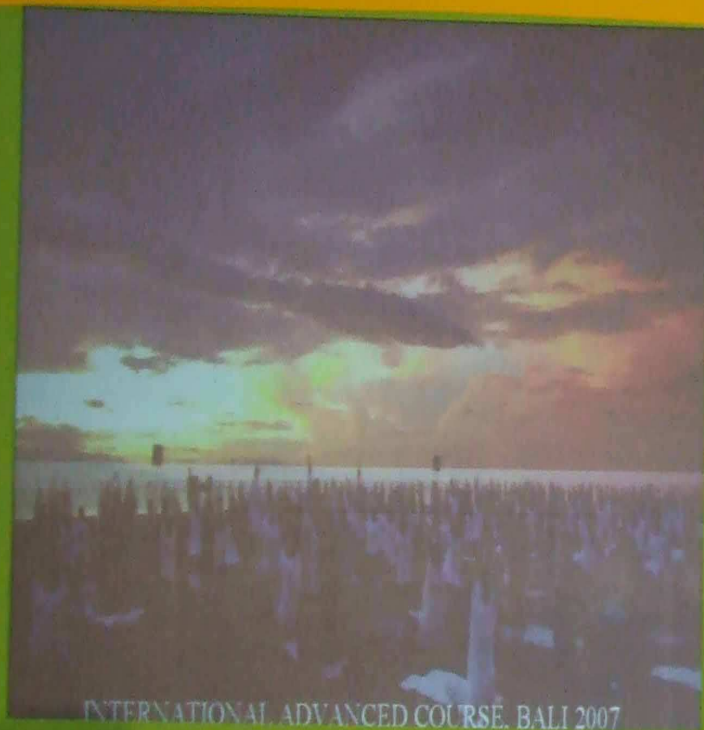
国强和惠珠是在1996年开始练习净化呼吸法（Sudarshan Kriya）和其他的调心与调息技术，并到印度南部的城市班加罗尔（Bangalore），向这套呼吸法的创始人古儒吉大师（Sri Sri Ravi Shankar）学习。





联合晚报

# 美容与保健展 Beauty & Healthcare Fair



主宾：张思乐先生  
社会发展、青年  
及体育部政务次长



5-6 May 20

主办单位

联合晚报

鼎力支持

(enosis)

荣誉







## CSR – Applying ABLE tools, knowledge & experience

- PTSD & organising Disaster relief – Johore Flood Relief, Asia Tsunami (Sri Lanka & Tamilnadu zones), Japan 311, Indonesia, South Korea...



# JOHORE FLOOD RELIEF







































## ABLE FUTURE PLANS

### HRD for a better world

- developing Next Generation
- Next Gen Training Methodologies – e-learning, VR, app-based
- ASEAN & Asia network & collaboration