



HELHJERTET - SOM DIG er kurset for dig, der vil udforske, hvad det betyder at leve helhjertet. Ikke fordi du nødvendigvis er i krise, men fordi du vil leve livet **helhjertet** med energi, mod, nysgerrighed, samhørighed og nærvær. Fordi vi alle kan have behov for at tage et "ophold i livet", og forholde os til os selv, og vores liv. For at (gen) etablere drømme, lethed, tryghed, og noget oprindeligt. Det gør vi med naturen som ramme, da naturen hjælper denne oprindelighed på vej, og naturen spejler de processer og muligheder, der er for os alle.

Vi skaber en ramme med plads til nysgerrighed og ny inspiration. Til omtanke og eftertanke. Ro og rum. Kursusdagen er fyldt med bevægelse, refleksion og sjove, sanselige oplevelser, mindfulness og engagerede dialoger. I er i kompetente hænder med Jannie og Tina, der faciliterer, inspirerer og udfordrer på en levende, autentisk og tryk måde.

HELHJERTET SOM DIG



HELHJERTET

Psykologi & læring

Hvor Bramslev bakker, Krogen, Mariagerfjord

Hvornår 15.maj kl. 17.00 – 16 maj kl. 17.00

29. aug. kl. 8.30 – 17.30

Og

Hvor Gateway, Blokhus

Hvornår 16. juli kl. 8.30 – 17.30

Hvor mange Max. 20

Pris: Dagskursus: 800 kr. for kursus og forplejning

To dage : 3000 kr. med overnatninger og fuld forplejning

Hør mere: www.hel-hjertet.dk

Kursusholdere:

Tina Ringer Mogensen: Helhjertet
Psykologvirksomhed, Klinisk Psykolog/ Erhvervs
Psykolog, Mindfulness Instruktør, Imago
Parterapeut/Workshop Presenter

Jannie Lynge: Helhjertet bevægelse og læring. Cand.
merc. Læring og forandringsprocesser, lærer,
bevægelseskonsulent Rebild kommune, underviser
UCN i idræt og innovation og håndboldtræner

