

# En omsorgsdag for DIG!

Er du Corona-træt og trænger til at lade batterierne op?  
- trænger du til at nogen arrangerer en dag for DIG med natur, bevægelse, sjov, afslapning, input og omsorg?

Så vil vi gerne invitere dig til en dejlig dag, hvor du i en mindre gruppe kan puste ud og få næring til krop, sind og sjæl i den smukke natur ved Bramslev bakker.

Eller er det for længe siden, du har været sammen med dine venner?

Mangler I en hyggelig og aktiv dag sammen, vil vi gerne arrangere og tilrettelægge en skøn dag i naturen for jer.

Det kunne også være til en særlig anledning, som f.eks. en fødselsdag, familietræf eller en anderledes polterabend.

Hvis I er en gruppe på min. 6. personer, så skræddersyr vi gerne en anderledes og hyggelig dag for jer.

---

Konsulenthus Helhjertet forener psykologi, læring, mindfulness, bevægelse og neuropsykologi til skræddersyede kurser og udviklingsforløb for private og virksomheder.



Konsulenthus Helhjertet

Tina Ringer Mogensen  
Mobil: 2217 0072

Jannie Lynge  
Mobil: 4026 9950



[www.hel-hjertet.dk](http://www.hel-hjertet.dk)



[info@hel-hjertet.dk](mailto:info@hel-hjertet.dk)



[facebook.com/  
KonsulenthusHelhjertet](https://facebook.com/KonsulenthusHelhjertet)

## Hvem er vi?



Tina Ringer  
Mogensen

Psykolog,  
Mindfulness

instruktør og Imago Parterapeut/  
Workshop Presenter.



Jannie Lynge

Lærer, Cand.mag.  
i læring og foran-  
dringsprocesser,

bevægelseskonsulent Aalborg  
kommune og håndboldtræner.

## Praktiske informationer om kurset:

### Lokation:

Lånhusvejen 4, 9500 Hobro.

Kurset foregår i Konsulenthus Helhjertets  
kursuslokaler i den rolige skønne natur ved  
Bramslev Bakker.

### Tidspunkt:

Lørdag 29. maj 2021 kl. 9-17.

Eller efter aftale.

### Antal deltagere:

Max 8 kursister - gennemføres ved  
mindst 6 deltagere.

### Pris:

800 kr. pr. deltager

Prisen inkluderer kursus og forplejning  
(snacks, frokost og vand/kaffe/te).

### Tilmelding:

Foregår via mail til [info@hel-hjertet.dk](mailto:info@hel-hjertet.dk).



Konsulenthus Helhjertet

Tina Ringer Mogensen  
Mobil: 2217 0072

Jannie Lynge  
Mobil: 4026 9950



[www.hel-hjertet.dk](http://www.hel-hjertet.dk)



[info@hel-hjertet.dk](mailto:info@hel-hjertet.dk)



[facebook.com/  
KonsulenthusHelhjertet](https://facebook.com/KonsulenthusHelhjertet)