

# DIN INTELLIGENTE KROP FOREDRAG

TORSDAG D. 16. JANUAR 2020

KL. 19.00 - ca. 21.30

KANOGÅRDEN, Brohus 18, Klejtrup, 9500 Hobro

## Et liv i balance

Carsten fra **Mariagerfjord kajak** & Jette fra **Tanke-feltet** fortæller om, hvordan de hjælper mennesker til et liv i balance.

Carsten vil berette om området og mulighederne.

Jette vil komme ind på følgende emner og demonstrere:

## Metasundhed

Metasundhed giver dig forklaring på hvad der sker i din krop, når du f.eks. mister dit job, går ned med stress, bliver syg osv.!

## Tankefeltterapi

En effektiv metode som Jette bruger til at hjælpe folk af med lidelser som stress, fobier, traumer, mindreværd m.m. og får dem videre i livet!

## Mindfulness & Yoga

Sådan undgår du stress og lærer at håndtere vanskelige livskriser og være mere nærværende.

Pris kr. 150 – sundheds drik + snack i pausen.

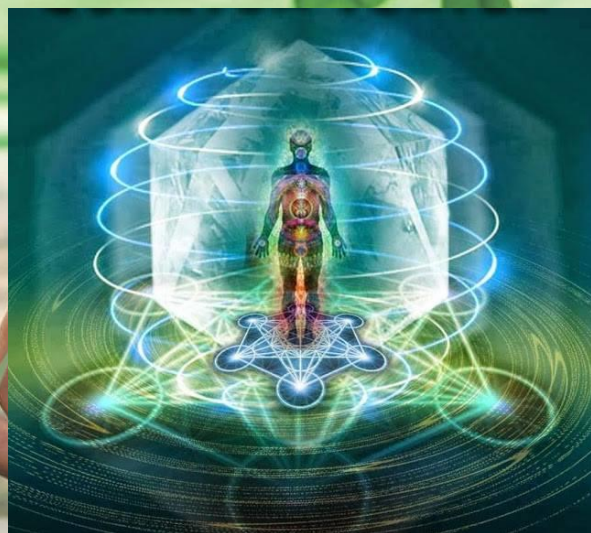
## Tilmelding:

[JKM@Tanke-feltet.dk](mailto:JKM@Tanke-feltet.dk) eller 6178 5744

Begrænset antal pladser!

Tilmelding inden d. 14. januar

Venlig hilsen Carsten & Jette



Tanke-feltet  
KROP • SIND • SJÆL  
I BALANCE