

WORKSHOP DEN 17. MAJ 2018 KL. 15.45-18.45



Hvad stopper dig?

**Hvad stopper dig i at gøre det du gerne vil.
Er det mon dovenskab eller blokeringer?**

Kender du det, at du ikke kan tage dig sammen til at gøre de ting du gerne vil?

Måske har du planlagt, at du skal træne mere i 2018. Mindst 2-3 gange om ugen og samtidig have en sundere livsstil? Du har også planlagt, at du skal være bedre til at passe på dig selv, undgå stress og samtidig være der mere for din familie.

Men hvorfor er det så du gang på gang får lavet overspringshandlinger, såsom *jeg er for træt, jeg har ondt i kroppen, eller jeg orker ikke lige i dag.*

Vi gør det alle sammen mere eller mindre. Er det dovenskab eller er det blokeringer der stopper dig?

Ditte Lindqvist – udviklingsmentor & hypnoseterapeut og tidligere erhvervsleder kommer og giver indblik i, hvad der stopper dig. Ditte har arbejdet i mange år med mennesker der har været udfordret, og hun har hjulpet mange til at få en bedre tilværelse.

Ditte kommer med inspiration til hvordan vi med bevidsthed omkring vores tanker, følelser og energi, kan ændre vores liv.

På workshoppen vil du få værktøjer til, hvad du selv kan gøre for at komme i gang med at skabe det liv du ønsker dig.

Du kan læse mere om Ditte på hendes hjemmesider:
www.facebook.com/DitteLindqvist.dk/
www.dittelindqvist.dk

**Kom og vær med til workshop med Ditte Lindqvist
Den 17. maj 2018 kl. 15.45-18.45
Uddannelsesbygningen UUA, Auditorie 1
Det er gratis for medlemmer af HH82 at deltage**



DITTE LINDQVIST

Tilmelding på listen i motionscentret