

Possibilities – bring out the best of 2020

När & Var: 13 juni kl. 13.30-17.30. Yoga Nu, Finntorpsvägen 5A, Finntorps centrum (ca 10 min från Slussen).
Investering: 790 kr. Föranmälan till berit.hague@livsdansen.se gärna senast 11 juni. Swish på plats till Berit.
Ingår: Dansvågen, Skriva-till-dig-själv-redskap, Boken Den själsliga gåvan.
Övrigt: Pga rådande läge - avanmäl till Berits mobil så snart du kan ifall du vaknar upp med snuva/hosta /feber denna dag. Ta gärna med något till dig själv att äta, vi avslutar aktiviteten med picknick på golvet.

Vilka skatter gömmer sig bakom utmaningarna?

Vi har kommit halvvägs in i 2020 och för många är det redan ett år som går till historien. Men går till historien för vad? Vi har förstått att många längtar efter att samlas i en trygg och kreativ miljö bortom nyhetsbrus och yttre samhällsoro, för att tillsammans ge liv åt helt andra vindar.

På dansgolvet kan du utforska dina egna förhållningssätt. Livets glitter - där vi minst anar det. Umgås med möjligheter som skapar nytt. Eftersom det är som det är just nu i världen känns det extra betydelsefullt att mötas för att höra hur det är med oss i den nya tiden. Delningar görs i vanlig ordning för den som vill i samband med aktivitetens början och slut, enda skillnaden är att vi sprider ut oss mer i ringen.

Vad står på i mig och hur tar jag hand om det?

I en mindre grupp om max 10 deltagare utforskar vi och belyser inre insikter som kommer upp i dans- och skrivflödet. Kreativa verktyg ger grunden för reflektion kring ämnen såsom hur året startade, nuvarande läge och intentioner för resten av året. Vad är tex extra viktigt för mig nu i sommar och i ett större perspektiv - hur vill jag hjälpa världen framåt?

Basen för aktiviteten är Dansvågen som är ett kraftfullt verktyg för transformation, ledd av Berit Hague utifrån De 5 Rytterna. Aktiviteten omfattas av "Den själsliga gåvan – Din styrka i vardagen" skriven av Mikaela Steen. Boken uppmuntrar just till att gå din egen väg i livet och att verka utifrån din innersta kärna.

Possibilities – bring out the best of 2020 är en fristående aktivitet samt en förlängning av Personligt årsbokslut/Entering the gate of 2020. För dig som deltog då eller är ny – varmt välkommen!

***Berit:** Certifierad lärare i Gabrielle Roths De 5 Rytterna. Certifierad lärare i Kundalini Yoga samt diplomerad andningspedagog. Lärare på Wäxthusets andningspedagogutbildning i 6 år. Har 30 års erfarenhet som individ- och gruppcoach där inslag av olika berikande uttryckande konstformer bildat grunden. Arbetar nationellt och internationellt. Berit 070-432 66 08 www.livsdansen.se*

***Mikaela:** Utbildad civilekonom med marknads- och beteendevetenskaplig inriktning. Legitimerad yrkeslärare i handelsämnen. Bland erfarenheterna finns roller såsom Auktoriserad Jobb- och Utbildningsexpert. Verkar som förändringsledare. Arbetar med kreativitetsdriven samhällsomställning på individ-, företags- och samhälls nivå. Mikaela 070-675 88 15 www.gallerimikaela.se*

