

# Visa kvinnans väg

- ny workshop av och med **Sanna Ehdin**

Hämta kraft och livsglädje i en dag fylld med inspiration, ny kunskap och övningar! Det är dags att leva och verka i vår egen unika, skapande livskraft – och livet får en helt ny styrka och glöd. Denna nya, spännande workshop ger konkreta råd och djupare insikter. Kom och bli stärkt och inspirerad av varandra!

**Söndagen 9 maj kl 10–18 på Österlen**

## Celebrating the feminine soul

Den feminina själsenergin finns hos både män och kvinnor, men är helt essentiell för oss kvinnor. Den har tryckts ner länge, vilket gjort många sjuka och utbrända. Men även samhället blir lidande, för utan den feminina själsenergin går livet på tomgång. Energin behövs i vår omvälvande tid, där finansiell oro och växande globalt miljömedvetande visar på det nya. Tiden är inne att sluta härma männen och börja leva i vår egen kraft. Var en del av processen och blås liv i denna energi!

**Innehåll:** de tre ledorden • självkänedom • kvinnors unika kreativa kraft • att förstå män och få bra relationer • höj din energi • kort om nya IFD-maten • inre styrka • lev din dröm • guidade avslappningar • skrivövningar

**Omdömen:** *En fantastiskt bra och upplyftande dag • Härlig energi! • Viktig gemenskap • Härligt, modigt, öppet och informativt. • Flödesskrivandet superbra metod • Underbara och roliga röst- och rörelseövningar. • Kompendiet en guldgruva. • Gav mycket inspiration.*



**Sanna Ehdin** dr i immunologi, föreläsare och författare till tio hälso- och livsstilsböcker, senast **Finn din inre styrka** och **Sannas Matbok**

- Ingår:** Föreläsning (kompendium) och övningar ledd av Sanna Ehdin samt Yoga med kropp och röst ledd av Åsa Nyström.
- Arrangör/info:** Åsa Nyström Yoga & Hälsa, tel 0414-60531, info@smilingmountain.com  
www.newstream.smilingmountain.com
- Avgift:** 1 550 kr ink lunch och fika (50kr per deltagare skänks som stöd till projektet Chilla, ett fosterhem för barn i södra Indien).
- Plats:** **Karlaby Kro**, www.karlabykro.se