MUSKELQWINDER 17. OG 18. SEPTEMBER 2022

Programmet

LØRDAG D. 17. SEPTEMBER

kl. 13 Workshop – "fokusér din energi"
v/Gitte Eriksen
– baggrund, herunder hvordan er vi overhovedet blevet syge?

Pause

ca. 15 MSF – ansøgninger om hjælpemidler, herunder bil mv.

Pause

ca. 16 Workshop fortsat
– hvordan bruger vi vores ressourcer bedre?
(dine tanker er guld el. kan blive det, maskulin vs. feminin energi, tag energien hjem til dig, accept/ikke accept af sygdom)

MUSKELQWINDER 17. OG 18. SEPTEMBER 2022

Programmet

SØNDAG D. 18. SEPTEMBER

8 - 8.30	Morgenmad
Ca. 9.30	Evt. opfølgning på dagen igår Ny viden om åndedrættet og hvad et godt åndedræt har af betydning for vores energiniveau
Ca. 12	Afslutning og evaluering af weekenden - hvad tager jeg med mig?

Dette års træf har fokus på dig som muskel-qwinde - tanken er, at alle gerne skulle gå herfra med ny viden og inspiration til, hvordan de kan blive endnu bedre ved sig selv - og gerne en masse sjov og hygge