

Föredrag för hälsa och livsinspiration



Koppla bort allt "allvarslevande" en stund och reflektera över något viktigare; dig själv och ditt liv! Låt oss bjuda på inspiration med allvar, humor och ödmjukhet inför uppgiften/möjligheten att vara människa! Boka ett föredrag om livet som inspiration. Vi kommer gärna till er arbetsplats eller er konferens.

Välj bland våra populära föredrag

Vår minikostnad är för 10 pers

Hur städar man sitt inre lika bra som sitt yttre?

45 min 195kr/pers

Att hålla ordning runt omkring oss har vi väl alla lärt oss att det är viktigt, men har du någon gång funderat på att lägga lite tid på ditt inre, din mentala hygien. Vad skulle det ha för effekter för dig? Vi utvecklar det ämnet och kanske kan du få någon ny insikt att ta med hem.

Empatisk eller hatisk?

45 min 195kr/pers

Hur kan du vara empatisk och är det fel att vara hatisk? Hur kan vi ha "koll" på oss själva och vad vinner vi på det? Eller är det här något som bara blir och är det andras fel? Vi utforskar ämnet och får förhoppningsvis lite nyttig självreflektion!

I nöd och lust

45 min 195kr/pers

Hur väljer vi att leva, och kan vi verkligen påverka något? Här får du tips och lite funderingar om varför och hur vårt lidande uppstår och hur polariteten lust består. Hur vi skulle kunna vara med och påverka och förstå lite mer av våra liv. Det kan vara värt att veta!

Beröring - näring för både kropp och själ

45 min 195kr/pers

På vilket sätt kan beröring vara bra för vår kropp och själ. Vi tar upp fakta om vad som sker om vi glömmar att bli berörda av någonting eller någon. Hur viktigt är det? Vad är det som gör att vi glömmar bort det ibland?

Hur behåller jag min kraft?

120 min 295kr/pers

Skulle Du ha nytta av lite mer ork och kraft? Kondition, styrka, bra kost och sömn vet de allra flesta att vi behöver. Att sedan inte ha tid eller känna motstånd att ta tag i allt är vi inte ensamma om. Men finns det något bästa sätt att komma igång? Hur gör de som har lyckats med det som de vill och mår mycket bra? Ett seminarium fyllt av möjligheter, glädje, allvar och kunskap.

Att hålla för livet

120 min 295kr/pers

Håller din kropp för det du vill göra i ditt liv? Har du ont, skulle du vilja ha mer ork men får inte tiden att räckta till för att ta tag i dig själv? Eller ännu värre, tror du att det skall vara på det viset för att alla andra verkar känna likadant? Vägra köpa situationen, du lever bara en gång! Ett seminarium fyllt av kunskap, insikter, glädje och allvar.

Nå dina mål med friska tankar

120 min 295kr/pers

Visste du att hur du tänker påverkar hela ditt energisystem och hur du upplevs av andra? Du kan påverka detta genom att städa lite i allt vad du tänker. Eva kallar det Mental hygien. Att låta vårt psykiska förflutna påverka oss negativt i nuet och framtiden är inte nödvändigt, vi behöver ta aktiva val om hur vi tänker och öka förståelsen för på vilket sätt det påverkar oss. Ett seminarium fyllt av sanningar, glädje, allvar och insikter.

Bli en intuitiv och lycklig framtidsmänniska

120 min 295kr/pers

Utnyttjar du din intuition? Här serverar Eva det bästa ur två världar. Hon blandar och öser ur erfarenheter och kunskaper från sitt arbete som hälsopedagog och med kunskap om kroppar och energi, som hon länge fördjupat sig i. Ett seminarium fyllt av glädje, allvar, energi och nya spännande tankar om att bli den du är genom att göra val som kan förändra ditt liv.