



Möt Dig själv och Din partner **- Din relation på ett nytt sätt (steg 1)**

**Har du viljan att gå djupare tillsammans med din partner?
Då vill vi bjuda in dig till att prioritera relationen – relationen till dig och
relationen till din partner.**

Kom på en skön och aktiv ParRetreat på vackra Vavivagården **- bara för Dig, bara för Er!**

Upplever du att ni håller på att glida isär?
Har ni slutat lyssna på varandra?
Tar ni varandra för givet?
Har ni ständiga konflikter?
Känner ni att ni inte har tid för varandra?
Längtar ni efter en fördjupning/utveckling/nyttändning i relationen?

**Välkommen att utforska, kommunicera, njuta och uppleva
hur en medveten relation kan utvecklas!**

Innehåll:

Landa mjukt i närvaro med varandra
Öppna hjärtat till dig själv och din partner
Beröras genom beröring, ärlighet och närhet
Serva och ta emot, ta för sig - tillåta
Utforska sinnligheten med varandra
Kommunicera känslor, gränser och samtycke

Plats:

Vaviva Retreatcenter, på landet mitt i Sörmland.
Avstånd: 11 mil Stockholm C, 12 mil Linköping, 5 mil Eskilstuna, 4 mil Gnesta, 3 mil Nyköping

Datum och tid:

12 – 14 februari 2021. Start fredag kl 16.00 och avslut söndag kl 16.

Er investering:

4750 kr per person för hela helgen, vilket inkluderar

- Eget dubbelrum på Vavivagården samt vegetarisk kost, fika och frukt (1950 kr/pers)
- Deltagande på kursen (2800 kr/pers)

EARLYBIRD: Vid anmälan före 31.12 betalar ni 4500 kr per person.

Anmälningvillkor:

Bindande anmälan till vaviva.nu@gmail.com före 22 januari samt inbetalning av anmälningavgift 500 kr per person till **bg 771-8307** Christina Liedberg.

Resterande kursavgift betalas senast 2 veckor före kursstart.

Pga Covid-19 gäller följande:

Om kursledningen avbokar får Ni HELA avgiften tillbaka, alternativt att vi flyttar fram kursen. Om Du eller Din partner blir sjuk i C-19 får Ni HELA avgiften tillbaka vid uppvisande av läkarintyg.

Vid övrig sjukdom får Ni tillbaka avgiften MINUS anmälningavgift vid uppvisande av läkarintyg.

Övrigt:

Alla övningar sker påklädda och med din partner.

Vi tar endast emot 4 par. Det kommer att gå att hålla föreskrivet avstånd till andra människor.

Erbjudande:

Efter denna ”grundkurs” (Steg 1) kommer vi att erbjuda er att delta på en fortsättningshelg (Steg 2) till rabatterat pris.

Vi som leder kursen:



Christina Liedberg är beteendevetare, andningspedagog, livscoach och dansledare. I 20 års tid har hon utforskat olika verktyg för utveckling och växande. Efter 25 år i statlig tjänst sadlade hon 2011 om till att driva företaget VAVIVA, som står för att Våga Vilja Välja den väg som är rätt för dig. Idag bjuder hon in människor till VAVIVA Retreatcenter - en plats att växa på, hitta själfullt lugn och tanka ny energi. Christina vill inspirera dig att med nyfikenhet, vilja och medvetenhet ta dig an de hinder som står i vägen för att du ska leva ditt liv i sanning och kärlek, både till dig själv och i dina relationer.

Christina når du på vaviva.nu@gmail.com eller tfn 0737-136491



Lasse Hedlin driver företaget LevMera med fokus på att supporta människor att just börja leva mera.

Lasse är utbildad coach inom områdena närhet, intimitet, kommunikation, gränser, sexualitet. Lasse är Dipl Andningspedagog och utbildad inom Wheel of Consent (Samtyckeshjulet).

Lasse leder kurser och håller workshops i Stockholm och Linköping regelbundet med olika teman.

Lasse har en bakgrund som ingenjör/projektledare. De senaste 15 åren har fokus varit på personlig utveckling.

”Life begins at the end of your comfort zone”!!!!

Lasse når du på info@levmera.nu eller tfn 072-5051105

Varmt välkomna!