

# TurnThePage Sunday Circles

Til dig som ønsker et trygt rum,  
med ro, indsigt og nærvær til  
personlig udvikling og vækst

## 4 Sunday Circles 16 skønne timer

### • 1. Søndag – din væren og eksistens

Ved den første cirkel byder jeg velkommen og vi indleder hele forløbet. Herefter taler vi om vores væren og de fire eksistentielle grundvilkår, som gælder for alle mennesker.

### • 2. Søndag – dine følelser

Ved den anden cirkel skærper vi vores opmærksomhed på den følelsesmæssige kontakt til os selv. Vi undersøger dit perspektiv i livet – er det et sted med kærlighed og tillid eller et sted med frygt og bekymring?

### • 3. Søndag – dine tanker

Ved denne cirkel vender vi opmærksomheden mod vores tanker og de - ofte ubevidste - overbevisninger og leveregler, som af og til kan være styrende og begrænsende for hvad vi tillader os at gøre.

### • 4. Søndag – dit ønske

På baggrund af indsigterne fra de forrige cirkler formulerer du et ønske, som du gerne vil opnå i dit liv netop nu. Ved hjælp af din intuition og de kraftfulde kort fra Intuitiv Solutions® får du indsigt i ny veje frem, hvad der holder dig tilbage og hvilke kvaliteter, som du særligt skal trække på for at opnå, det du ønsker. Herefter afsluttes forløbet.

Et forløb for kvinder midt i livet, som søger en større dybde og forståelse for dem selv og dermed muligheden for at skabe et liv med glæde, tillid og mening.

### Er Sunday Circles mon noget for dig?

Kender du følelsen af at være faret vild i dit eget liv? I en cirkel undersøger vi sammen, alt det som er vigtigt i dit liv netop nu – dit forhold til vigtige relationer, dit job og ikke mindst dig selv. Vi er nysgerrige på, hvordan du bruger dig selv og hvordan du forholder dig til dit liv; hvor og hvornår du står op for dig selv – og hvornår du ikke gør. Hvad du lytter til i dig selv, hvad du giver plads og hvad der får lov til at dominere dine vigtige beslutninger i dit liv. Du får skærpet din opmærksomhed, en øget forståelse for dig selv og mere klarhed i dit liv.

Jeg glæder mig til at byde dig  
velkommen i Sunday Circles

Kærlig hilsen Kristine

### Hvad er Sunday Circles?

Min intention med Sunday Circles er at give dig muligheden for at vende blikket venligt mod dig selv i et trygt og nærværende rum. Du bliver guidet gennem meditationer, korte oplæg og øvelser og får individuel sparring på din proces. I den lille gruppe får du en unik mulighed for at blive spejlet, og gennem de andres proces få øje på vigtige indsigter, som også gælder dig. Du bliver klogere på hvordan du møder dig selv på alle livets arenaer.

Jeg bruger min psykologiske viden, intuitive evner og menneskelige indsigt til at guide dig gennem din rejse.



Pris for forløbet 1600,- kr. inkl. moms

Sunday Circles foregår i Brønshøj den 6. og 20. september og den 4. og 25. oktober kl. 13-17.  
Læs mere om facilitator Kristine Bigum Törnqvist og Sunday Circles på [www.turnthepage.dk](http://www.turnthepage.dk) eller ring/sms på 4078 0070