



Vad skulle du säga om...

Att få chansen att ta tag i din personliga utveckling hemma, med starka verktyg och trygg vägledning? I dagens digitala samhälle finns stora möjligheter till personlig utveckling via nätet, i text, ljud och bild!

Hur går det till?

Under 5 veckor får du till varje kursdel - två filmer, en med ett kort föredrag på veckans tema och en med en vägledad meditation samt en textdel med övningar avseende temat direkt i din mailbox. Du arbetar sedan med övningar till kommande vecka, då nytt tema kommer med föredrag och material. OBS! En billig investering för en stor utveckling!

Under 5 veckor arbetar du med:

Kartlägga Dig & Ditt liv • Arbeta med Dig & Dina relationer  
Röja negativt och öka positivt • Skapa nya avtal och strategier mm.

Start: Löpande (se under "Distansutbildningar" på hemsidan)

Kursledare/ansvarig: Lennart Matikainen – Relationscoach, Utbildare och Författare

Kostnad: 995:- inklusive allt.

Anmälan Stockholm: [lennart@helhetsutveckling.se](mailto:lennart@helhetsutveckling.se)

**Helhetsutveckling**

Hem: [www.helhetsutveckling.se](http://www.helhetsutveckling.se)

E-post: [lennart@helhetsutveckling.se](mailto:lennart@helhetsutveckling.se)

Tel: + 46 735 258001