MED HANDEN PÅ HJÄRTAT

En samtalsgrupp för kvinnor mitt i livet och vidare

Träffa andra i samma livsfas och dela tankar och erfarenheter kring frågor som;

Vad händer med oss när livet går in i en ny fas?
Vad har blivit viktigare – och vad har förlorat sin betydelse?
Vad längtar vi efter, vad bär vi med oss och vilka frågor lever i oss nu?



Välkommen!

Med handen på hjärtat är en samtalsgrupp för kvinnor i den tredje åldern, cirka 50–70 år. I en ålder när man inte är ung och inte gammal. I samtalen utforskar och delar vi erfarenheter.

Vi möts vid 4 tillfällen och med ett tema varje träff. En enklare middag serveras och ingår i priset.

För att delta krävs närvaro vid samtliga tillfällen.

Vill du delta? Skriv och berätta varför du vill delta och kort om din livssituation till e-post: kristina.aspemo@purusa.se

Samtalsledare



Kristina Aspemo Renman
Samtalsterapeut, författare och certifierad coach.



Sofia Linnarsson
Beteendevetare, ledarutvecklare och certifierad coach.

Vi båda har lång erfarenhet av att arbeta med individ- och grupputveckling.

Tid för eftertanke, lyssnande och samtal – med handen på hjärtat.

PLATS
Scoutstugan i Stocksund,
Stockbyvägen 12
med gångavstånd från Danderyds sjukhus (T-banan) och Stocksund station (Roslagsbanan).

DATUM OCH TID
Måndagarna
26/10, 9/11, 23/11 och 7/12.
Klockan 18–20.30.

PRIS
1 500 kr inklusive moms
(betalas innan start).
I priset ingår en lättare måltid som vi inleder med.

”Med nyfikenhet på människors erfarenheter och olika perspektiv erbjuder vi ett rum för genuina samtal, där det finns utrymme att lyssna, reflektera och dela det som känns meningsfullt.”