

20-års-
jubileumserbjudande:
Ta med en vän – gå två
– betala för en!

SJÄLV- HYPNOS

FÖR ALLA

11–12 augusti 2012
Med Monica H Sperens

Monica jobbar med: att få människor att bli medvetna om sin sångförmåga, framträdandeteknik, chefscoachning, kurser i Human kommunikation och NLP. Fil kand i retorik och utbildad mental tränare med behörighet att ge självhypnoskurser

Alla sysslar vi med självhypnos. Dagligen. Men mestadels omedvetet och försvarslöst. Tyvärr, för allt som vi tar in, genom alla våra sinnen, kommer ut igen och yttar sig på något sätt. Och ofta helt utom vår kontroll.

Medveten självhypnos däremot kan vara oerhört nyttiggörande. I djup avslappning suggererar du avsiktligt in vad du vill åstadkomma och styra dig till.

När du behärskar tekniken kan du t ex använda den till:

- Att bygga upp sunda vanor och konstruktivt tänkande.
- Studieteknik.
- Smärtlindring.
- Koncentration och avslappning.
- Plushälsa och ökad livsglädje.

Stor chans att du förvånar dig själv.

KURSEN GÅR EN LÖRDAG–SÖNDAG

Datum: 11–12 augusti 2012, kl 10–16.

Kostnad: 2.460,- inkl moms.

Begränsat deltagarantal, för att alla ska få ut mesta möjliga av kursen. Om du vill ta med en vän måste det anmälas innan.

Kursanmälan: till telefonsvararen, eller skicka in talongen, eller på www.allakan.nu

ANMÄLAN TILL SJÄLVHYPNOS 11–12 AUGUSTI 2012.

NAMN _____

ADRESS _____

POSTNR/ORT _____

TELEFON DAG _____ TELEFON KVÄLL _____

E-POSTADRESS _____

Tips:

Detta kanske din arbetsgivare är villig att betala för. Förbyggande friskvård är avdragsgillt för företag.

Välkommen på föredrag/infomöte
Introduktion till självhypnos, med Monica H Sperens:

Torsdag 31 maj
kl 18–19.

Torsdag 26 augusti
kl 19.15–19.45.

Fri entré.

ALLA KAN INSTITUTET
SÖDERMANNAGATAN 2
116 23 STOCKHOLM
08-6400809
www.allakan.nu



ALLA KAN INSTITUTET är en egen fri organisation för personlig utveckling i stödjande gemenskap. Inga förkunskaper krävs för att gå självhypnoskursen

”Självhypnos ger ringar på vattnet”