

Mød

Dansk Kristelig Sygeplejeforening på Himmelske Dage

30. maj - 2. juni 2019



**TRÆNGER DU TIL EN
LIVGIVENDE PAUSE?**



Samtale om at blive bevaret i en hektisk tid

Ved sygeplejerske og psykoterapeut MPF Solveig Rosenkvist

Kom forbi DKS teltet, og få en snak om hvordan man kan blive bevaret i en tid hvor tempoet, både privat og arbejdsmæssigt, er højt, og hvor der er mange og meget forskellige krav i hverdagen. Der vil være en forfriskning undervejs. Se mere på www.novamentiz.dk

Tid: fredag d.31.5 kl. 16.00-17.00

Sted: i Dansk Kristelig Sygeplejeforenings telt nr. 15, på Mulighedernes Marked



Samtale om at blive bevaret i en hektisk tid

Ved sygeplejerske og coach med speciale stress
Helle Gottenborg

Kom forbi DKS teltet, og få en snak om hvordan man kan blive bevaret i en tid hvor tempoet, både privat og arbejdsmæssigt, er højt, og hvor der er mange og meget forskellige krav i hverdagen. Der vil være en forfriskning undervejs.
www.hellegottenborg.dk

Tid: Lørdag d. 1.6 kl. 13.00-14.00

Sted: i Dansk Kristelig Sygeplejeforenings telt nr. 15, på Mulighedernes Marked

Det er også muligt at høre mere om 'Bevar mig vel', et stressforebyggende onlinetilbud.

Konkurrence

Hvad er en livgivende pause for dig?

Fortæl os, hvad der er en livgivende pause for dig og vær med i konkurrencen om en spændende bogpakke. Konkurrencen foregår i vores telt på Mulighedernes Marked og på vores facebookside ved at lægge en kommentar under spørgsmålet: Hvad er en livgivende pause for dig?

Vinderen får besked 1. juni.

#Livgivendepause



Sårbarhed



Pusterum



Bevar mig
vel



Kaffe



Sårbarhed er ikke en fejl, men en ressource, der skal beskyttes

Lone Vesterdal

Livgivende pauser

Jeg vil her i aften komme med min lille opfordring til, at vi sommetider gør noget andet end det, vi plejer. Noget, der ligger uden for dagligdagens praktiske gøremål. Prøv at gøre noget, der ikke er nødvendigt, noget der ikke er behov for, noget unyttigt. Det vil ikke være det samme for alle. Nogle vil helst gå en tur i skoven eller langs stranden. Andre foretrækker at lytte til musik eller at se en tv-serie. Selv vil jeg helst have noget mellem hænderne, - et sytøj, en skitseblok; noget med farver.»

Dronningens Nytårstale 2017

#Livgivendepause

