

## Tapping – de omsorgsfulde 'bank' i livet

### INTRODUKTION

- Ønsker du at ændre noget i dit liv? Og ved ikke hvordan?
- Bliver du nemt vred eller ked af det?
- Bliver den samme ubehagelige følelse ved med at dukke op?
- Har du en fobi for mus, slanger, edderkopper, nåle eller noget andet?
- Savner du ro og balance i livet?

Du har allerede værktøjet ved hånden...

### INDHOLD

- Introduktion til, hvordan du kan 'banke' let på bestemte punkter på kroppen, så din stressrespons bliver afbrudt, og der kan dannes nye sundere forbindelser.
- Mulighed for fremover at benytte teknikken på dig selv.
- Live demonstrationer.
- AHA oplevelser og indsigter, som skaber forandringer.

### PRAKTISK

Medbring gerne papir og pen.  
Der vil være kaffe/te/vand og frugt i pausen.

Beløbet refunderes ikke ved afbud.  
Jf. venligst handelsbetingelser og  
fortrydelsesret på [jettehastrup.dk](http://jettehastrup.dk)

### TID OG STED

Lørdag 13. juni 2020  
kl. 9.00 – 13.00

Skovvej 18, 8382 Hinnerup.

### MÅLGRUPPE

Alle der gerne vil introduceres til en kraftfuld selvhjælpsteknik, der er et fantastisk redskab til at arbejde med mentale, følelsesmæssige og kropslige ubehag.

Jeg glæder mig til 4 spændende, sjove og indsigtserige timer sammen med dig.



### TILMELDING

Via mail til [info@jettehastrup.dk](mailto:info@jettehastrup.dk)  
Eller på [jettehastrup.dk](http://jettehastrup.dk) – Klik på knappen 'workshop' på forsiden.  
Ring gerne for yderligere informationer på 28 94 47 00.  
Efterfølgende indbetales 750 kr. via MobilePay eller bankoverførsel på konto  
**Reg.nr. 3307 / Kontonr. 3308011720.**