

Du vet noe om hvordan det er
å kjenne på
de vonde følelsene.

Du har kanskje opplevd
å være "på bunnen",
der alt er mørk og vondt...

Nå har de mørkeste
skyggene lysnet noe,
livet er litt lettere å leve.

Men hva nå?!

Hvor går du videre herfra?

*Kanskje du trenger hjelp til å
åpne noen nye dører og
finne tilbake
til fargene i livet ?!*

Anne Wenche Hellem

Kreativ Samtale

Telefon: 481 21 242

Mail: post@kreativsamtale.no

Marianne Huus Fladen

Kristen Sjelesorg- og veiledningstjeneste

Adresse: Holbergsgate 15, 4306 Sandnes

Telefon: 959 28 233

Mail: mafladen@online.no



Livsmot

Samtalegruppe

Livsmotgruppe er en samtalegruppe der du får muligheten til å møte andre og dele noe dere har felles.

Kanskje kan vi sammen åpne noen dører på gløtt og se om vi kan ane veien videre? Kanskje trenger vi å finne nøkler til nye dører og slik finne tilbake til fargene og motet på livet?!



Hva er Livsmot?

Å ha livsmot vil si at vi har mot og Initiativ til å leve på en måte som gjør oss til deltagere og aktive bidragsytere i livet vårt.

Når vi mangler livsmot kjenner vi oss motløse, eller vi sliter med negative tanker og følelser som tar alt for mye plass i livet.

Gruppen er for deg som...

- ... opplever livet som monotont og litt fargeløst
- ... trenger hjelp til å ta nye skritt
- ... ønsker en forandring i livet ditt

En Livsmotgruppe vil strekkes seg over åtte samlinger, hvor en har fokus på ulike temaer fra gang til gang. Gruppesamlingene ledes av to gruppeledere, med kompetanse og erfaring, som følger gruppen gjennom hele opplegget. En gruppe vil ha inntil seks deltakere, pluss gruppelederne.

Tema for samlingene vil være;

- Hva betyr noe, hva gir mening til hverdagen?
- Livsmot og håp
- Drømmer og forventninger
- Hva stopper meg?
- Tro og tvil
- Mot – tørre å våge
- Veien videre – nettverk og strenger å spille på

Ønsker du å delta i en Livsmotgruppe?

Dersom du ønsker å delta i en Livsmotgruppe, eller få mer informasjon, er du velkommen til å ta kontakt med Marianne Huus Fladen eller Anne Wenche Hellem (se kontaktinfo på baksiden).

For datoer og mer informasjon
www.kristen-terapi.no



Tilby en Livsmotgruppe i din sammenheng?

En Livsmotgruppe kan om ønskelig tilbys innenfor en organisasjon, menighet el. Tilhører du en organisasjon som ønsker å tilby en Livsmotgruppe, er du velkommen til å ta kontakt, og vi kan se på mulighetene for dette sammen.