



NVC - SOMMARDAGAR I SÖRBY

en semester med personligt värde 30/6 - 3/7

Vi, Marianne Göthlin, Liselotte Bergenzaun Abel och Vagn Abel (Chitra Abel) vill gärna hänga med dig några dagar i sommar på Sörby retreatcenter. Träna NVC, Nonviolent Communication tillsammans och njuta av sommaren på olika sätt.

Så vad tror du om att inleda sommaren med några sköna dagar för dig själv och i gemenskap med andra som vill kombinera ledighet med personligt värde. Sommar dagar i Sörby är en möjlighet att inspireras kring Nonviolent Communication, NVC, som är ett stöd för att kommunicera på ett sätt som underlättar att vi förstår varandra.

Ett verktyg för att komma runt låsningar, gå ur konflikter och stärka den empatiska energin inom oss och mellan oss. Det är också ett utforskande kring självkritik, stress och längtan efter mer värme, kärlek och kontakt i livet.

Sommardagar i Sörby är också dagar för återhämtning, morgonyoga, häng i trädgården, vid badsjön, i hängmattan och härlig vegetarisk mat som vi kan laga ihop om vi vill.

Under hela dagen erbjuds det olika NVC workshop med en lite längre lunch. Du väljer själv hur du vill kombinera dina behov av NVC-träning, avkoppling och aktiviteter i olika former.

Upplägg: 30/6 samling kl. 17.00 för att installera sig och lära känna varandra. 1/7 - 3/7 kl. 7.30 morgonyoga, kl.8.30 frukost, kl. 09.30 - 12.30 NVC-workshop/träning, kl.12.30 -15.00 lunch, 15.00 - 18.00 öppen eftermiddag med workshop för de som vill träna, kl. 18.00 middag. Fri kväll och möjlighet till samling kl. 20.00 -21.00 för gemensam kvällsmeditation. Den 3/7 är avresedag och då slutar vi kl. 15.00.



Varmt välkommen

Marianne, Liselotte, Vagn, Chitra

PRAKTISKT

Kontakt:

För kontakt och mer information: Liselotte Bergenzaun Abel,
liselotte@sorbyretreatcenter.com, 073 7080029

Kostnader: Kursledning 3000 kr, boende&mat 1 950/pers. med egna lakan i delat rum. Enkelrum extra tillägg. Tält 1 300 kr/person. För företag tillkommer moms.

Betalning: Faktura, inom Sverige: bg. nr.5460-8153 eller swish och kontokort.

Betalning från utlandet:

IBAN SE77 8000 0806 0618 3040 5757 Bankens BIC SWEDSESS

Kontoinnehavare Sörby retreatcenter AB bg.nr.5460-8153



Vägbeskrivning:

Adressen är Sörby 236, 311 65 Vessigebro.

Sörby ligger mellan Vessigebro och Årstad ca 1,5 mil öster om Falkenberg i Halland.

Med bil svänger du av motorvägen vid Falkenbergs södra avfart, kör till Årstad och följer skylten mot Sörby. I Sörby finns en skylt Retreatcenter där du ska svänga mot centret.

Med tåg åker du till Falkenberg. Till viss tågtider finns anslutande budd 556 mot Vessigebro. Vi kan också hämta i Falkenberg mot en liten avgift.