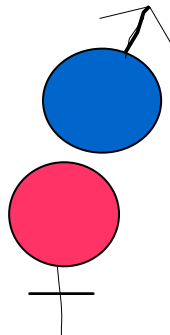


”Lära för livet”



I barn och tonåren händer det mycket och det händer snabbt! Kroppen förändras, nya tankar om vem man är och vart man ska dyker upp. Många barn och ungdomar har inte naturligt något att prata med i sin omgivning om tankar, känslor och sexualitet som är en viktig del av utvecklingen.

Vad erbjuder vi?

Sex och Samlevnad där Lotta Wiström Leg.Barnmorska tar upp ämnen som:

- Kroppsideal – Hur ser vi ut - Olikheter
- Känslor – Kärlek – Sexualitet
- Könssjukdomar
- Rätten till sin egen kropp – Rätten att säga nej!
- Alkohol/droger

Vem är jag och vart är jag på väg? Är frågor som upptar en stor del av de här åren. Lena Söderberg Stress och Friskvårdsterapeut tar upp ämnen som:

- Självkänsla – Självförtroende
- Att sätta mål - Målbildsträning
- Hur man kan påverka sina tankar – Tips på Mental träning!

För mera information kontakta oss!

Sinnligt

Lotta Wiström
Barnmorska/Inspiratör
070-2866117
sinnligt@telia.com
www.sinnligt.com

Hyvelgatan 12, 741 71 Knivsta
Företaget innehar F-skattsedel

Livsstilsconsulting

Lena Söderberg
Stress och Friskvårdsterapeut
073-6795511
[lena.soderberg@comhem.se](mailto:lens.soderberg@comhem.se)

Hyvelgatan 12, 741 71 Knivsta
Företaget innehar F-skattsedel