



Stress er blevet en naturlig tilstand hos mange

... De er bare ikke bevidste om det.

Årsagen er, at alle stresser alle i et samfund, der er kompleks på mange måder. Der er meget vi kan, skal og gerne vil forholde os til hele tiden.

Når vores miljø er præget af stress, får vi sværere og sværere ved at reagere venligt, med nærvær og omtanke overfor os selv og hinanden.

Er vores nervesystem overophedet, sker der det, at vores vores bevidsthed lukker ned. Vi er med andre ord ikke bevidste om at det sker og langvarig stress kan opstå.

Eksistentielt er dette en trussel mod os alle sammen.

Jeg hjælper grupper af mennesker med at løfte den kollektive bevidsthed.

Kun vores medfødte evne BEVIDSTHED kan forebygge stress, mistrivsel, misbrug, fysiske og psykiske sygdomme.

Inviter mig til et foredrag om **Den indre og ydre balance**, hvor I ligeledes bliver præsenteret for den nyeste forskning på området.

Kærlig hilsen

Anette Lindegaard



**PRIVAT
STRESS KLINIK**

RO I KROP, SIND & SJÆL

