

## Ett litet steg i taget!

Ett litet steg kan göra stora förändringar i slutändan. Att våga är årets måtto! Att våga göra en liten förändring i sitt liv kan sätta fart på många spännande äventyr i livet. Bara att le mot den man möter på gatan. Att börja dagen med att känna tacksamhet. Att inse att det här har jag faktiskt i mitt liv. Det vi fokuserar på det växer och jag vill väcka tanken att ett litet steg kan vända både mig som privat och allt omkring mig i livet. Frågan är bara om jag vågar och orkar? Så enkelt men ändå väldigt svårt!

*Jag heter Tina Persson och jag jobbar som hälsoinspiratör. Jag gillar att snurra fart på folks tankar att kolla inställningen på sitt liv. Jag vände själv mitt liv från en självmobbade person till en kvinna som älskar livet och sig själv. Jag insåg att det var mitt liv och att möjligheterna var mina, men även ansvaret.*

*Jag har tidigare bloggat hos tidningen Må bra och NSD, även hörts på P4 Norrbotten och 8/3 är jag gästkrönikör i veckotidningen Allas! Jag älskar att inspirera och inspireras! Det är min livsresa, mina möten med människor och mina tankar jag erbjuder.*

Föreläsningen kan vara ett perfekt tillfälle att inspirera verksamhetens personal eller för dig som privatperson. Så passa på att ladda batterierna för både kropp, knopp och själ.

Boka in tisdagen den  
20 mars kl 14.00-16.00  
plats Filmhuset A2  
Kronan Luleå

Anmälan senast 13/3 till  
[info@friskoteket.eu](mailto:info@friskoteket.eu)  
Pris 150:-/person eller  
gå 2 för 200:-  
Jag kan även fakturera  
Fika ingår och överraskning  
i pausen

### Välkomna



Tina Persson – Hälsoinspiratören  
[www.friskoteket.eu](http://www.friskoteket.eu)