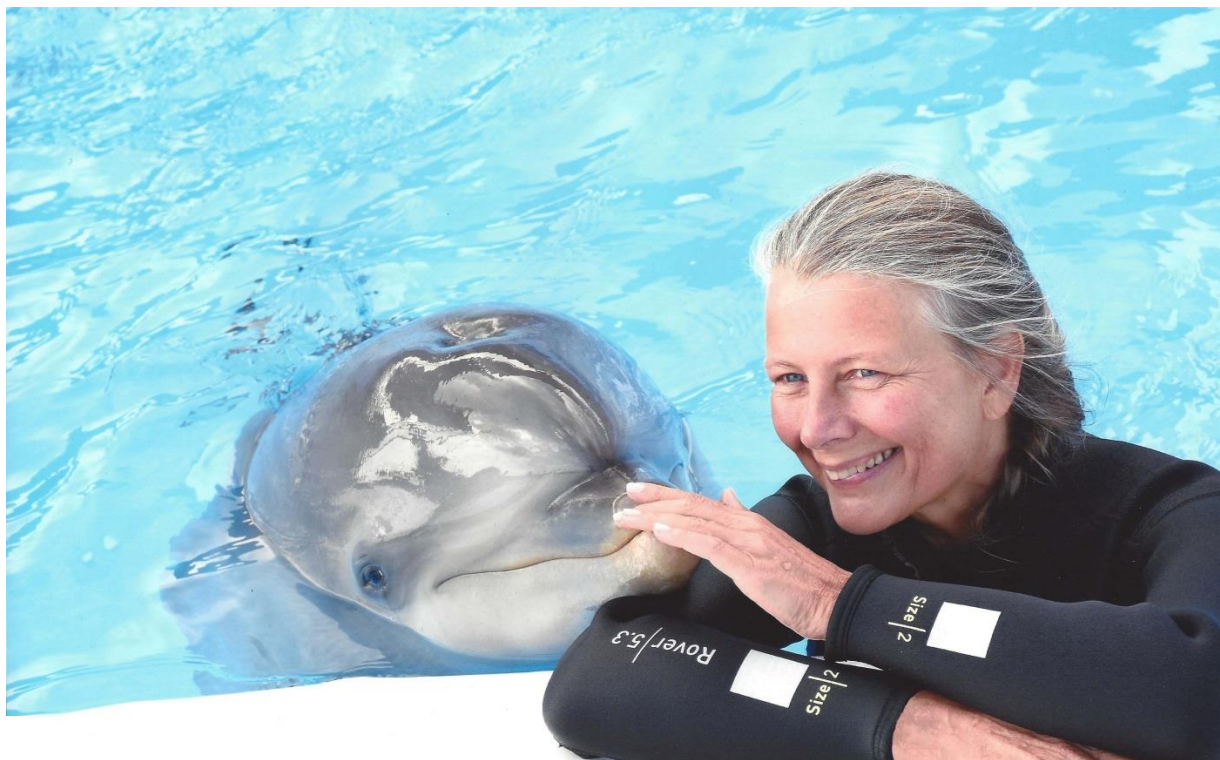


Workshop / Foredrag

## Tag leg & glæde med i arbejdsdagen



Lisbeth med delfin, oktober 2018

### ”Svøm” som en delfin - brug alle dine sanser

Delfiner lever i et fællesskab, hvor de udveksler gennem glæde, opfindsomhed, leg, indsigt, omsorg, empati, energi, kraft, intuition, kreativitet, handling mv.

Vi mennesker har lignende ressourcer, men bruger ofte kun en mindre andel af dem. Mange ”delfin”-egenskaber ligger i dvale, fordi de ikke er tilgængelige gennem de almindelige tankeprocesser. Kropslige oplevelser og andre sanser må i spil, når vi skal åbne disse ressourcer ... På workshoppen vil vi lege med andre tilgange til os selv og livet, som skaber nye muligheder.

#### Målgruppe:

Afdelinger, arbejdsgrupper, enkeltpersoner mv.

#### Forudsætninger:

Nysgerrighed & lysten til at prøve nyt

#### Mål:

- At inspirere til et udvidet perspektiv på livet og vores mulighederne i verden
- At bringe legen og lethed i vores væsen i spil – at aktivere vores ”delfin”-egenskaber
- At erfare nytten af de ressourcer, vi kun kan nå gennem kroppen og det indre nærvær
- At den enkelte åbner for sit flow og der i gennem baner vejen for et fælles flow

**Indhold:**

På workshoppen arbejder vi på mange planer: intellektet kædes med aha-oplevelser, den enkelte drager erfaringer og læring fra egne cases, og særlige øvelser åbner for intuitionen. Teorien præsenteres både via billeder og ord – øvelserne vil foregå enkeltvis og i fællesskab. Sammen vil vi betragte og åbne for vores egne "delfin"-egenskaber i lyset af:

- Kan vi som delfiner lege os gennem livet - hvordan?
- Hvordan fungerer vi som mennesker?
- Kan nye indfaldsvinkler ændre låste udfordringer?
- Hvordan forbliver man hjertelig gennem interaktion med andre?
- Hvad kalder livet på i dig - nu og på sigt?

**Pris & Varighed:**

Varighed: 3-4 timer

Prisen aftales individuelt – afhænger bl.a. af antal deltagere

**Tid & Sted:**

Aftales individuelt

**Udvikler & facilitator:**

Lisbeth Ejlertsen, Flow Institute & forlaget: FlowLab

Lisbeth har baggrund som både ingeniør, billedkunstner, traume-healer og forfatter.

Hun er dybt passioneret i forhold til at søge ind til essensen om livet og os mennesker. Bl.a. har hun mediteret i 35 år og besøgt Indien 24 gange, hvor hun har opsøgt viden og inspiration hos spirituelle Mestre. Lisbeth formidler på sin egen måde de indsigter, hun har erfaret virker. Hun har også på egen krop oplevet, at livet kan slå kolbøtter – bl.a. efter hendes bil gjorde dette i 2008 ...

Kontakt Lisbeth via mail: [le@flowinstitute.dk](mailto:le@flowinstitute.dk) eller via mobilen: 28 11 59 94

Web: [www.flowinstitute.dk](http://www.flowinstitute.dk), [www.flowlab.dk](http://www.flowlab.dk)

**Anbefaling af Lisbeths "Delfin"-workshop**

Af Ann C. Schødt, Forandringsfacilitator, Potentialefabrikken

Lisbeth Ejlertsen er en yderst positiv, engagerende og involverende underviser, der hurtigt får alle deltagerne med, så de aktivt byder ind og dermed også får mere ud af workshoppen. Som deltager bliver man smittet af Lisbeths engagement og føler sig inkluderet i de trygge rammer og den rare atmosfære, hun skaber.

"Delfin"-workshoppen er en anderledes indfaldsvinkel til at komme i kontakt med sine skjulte ressourcer. Gennem meget enkle og illustrative øvelser får man sat både ord og billeder på sin egen kreativitet og sit højere formål – eller hvad det lige er, der fylder for tiden. Så uanset hvor deltagerne er i deres liv, får de noget værdifuldt med sig hjem at reflektere og glædes over.

Da jeg selv er vant til at facilitere workshops, har jeg også en faglig, kollegial vinkel som workshop-deltager, og det er med det udgangspunkt, at jeg varmt kan anbefale Lisbeth Ejlertsen og hendes workshops.

Web: [www.potentialefabrikken.dk](http://www.potentialefabrikken.dk)

Blog: [Belastende Begavet](#)