Lift Your Life

ENERGI med GARANTI – til ALLE
der vil være STJERNER i deres eget liv

PEPTALK

STRESS på den FEDE måde

Få et "anti-stress kørekort" - og håndter stress på den fede måde.

Med en munter og stressfri Peptalk bliver deltagerne præsenteret for:

- Hvordan det er muligt at aflæse stresssymptomer, inden de dukker op
- Hvordan stress kan opfattes som en reminder
- Hvordan stress forebygges og med hvilke virkemidler

Efter Power Peptalken

- er ordet STRESS gradbøjet, så det har en positiv betydning
- har alle fået værdifulde indsigter om stresshåndtering
- ved hver deltager, hvorfor det er vigtigt at have en kollektiv viden om stressforebyggelse

BOOK PEPTALKEN

STRESS på den FEDE måde
Ring og hør nærmere – telefon: 40 37 33 21

Workshops
Alle peptalks kan udbygges med halve, hele eller flere dages workshops.

Dansk Energi Dronning
– din Personlige POWER SPECIALIST

Mette BL Thomsen
www.liftyourlife.dk

Om Mette BL Thomsen

- *Jeg lover ENERGI med GARANTI til ALLE, der vil være STJERNER i deres eget liv!*
- *Jeg arbejder som Peptalker og Power Specialist med en bred uddannelsesmæssig baggrund som sygeplejerske, zoneterapeut, akupunktør, psykoterapeut, mentaltræner og life- & businesscoach*
- *Jeg er kendt for at være en kvinde, der sprudler af energi, og som elsker at motivere andre til at sætte sig spændende mål og nå dem - både karrieremæssigt, følelsesmæssigt, kropsligt, helbredsmæssigt og sportsligt*
- *Grundstenen i mit arbejde er at fremelske de stærkeste ressourcer hos det enkelte menneske og få alle til at føle sig værdifulde præcis som de er – alene og i et fællesskab*
- *Jeg gør drømme til virkelighed og har selv cyklet til Afrika, taget alene på motorcykel til Nordkap, gennemført en Ironman, gået på gløder, hoppet i faldskærm, svømmet 12 km havsvømning, uddannet mig til kajakinstruktør og passioneret arbejdet med foto hele mit liv*

TILFREDSE kunder siger

"Mette og hendes peptalks skal opleves!"
Anne – Mette Jørgensen, Unomedical A/S, Logistik koordinator

"Mød frem og få en vitaminindsprøjtning."
Susanne Gotthelff, Chefsekretær

"Mette coachede mig til et Danmarksmesterskab og hjalp mig med et rygestop."
Camilla E. S. Olsen, Danmarksmester i fridykning

"Jeg vil varmt anbefale Mette som behandler og mentaltræner."
Allan Bryde, Landsholdsspiller og VM deltager

"Totalt inspirerende og livsbekræftende. Mette gør bare det hun vil og har lyst til – og hun lærer andre at turde gøre det samme."
Jette Gerding, Certificeret stresscoach og NLP Master Practitioner

Tilmeld dig mit NYHEDSBREV og få 5 GRATIS tips til at få mere ENERGI allerede i dag!

Ring 40 37 33 21 og få et uforpligtende tilbud

Lift Your Life

Mette BL Thomsen
Køgevej 44 C 1. th • DK-4000 Roskilde
+45 40 37 33 21
mette@liftyourlife.dk

www.liftyourlife.dk