



Nyhetsbrev #1/2017

Her er første livstegnet fra det nye styret som ble valgt på året seminaret i januar, og hadde sitt først allerede den 4. februar:



Fra venstre: Liv Anne Bjurgren, Ingunn Tveit Nafstad, Eldri Steen, Lars Verket, Inger Johanne Lurås, Heidi Andersen Zangi, Aud Alvestad og Åse

Der konstituerte de seg på denne måten:

Leder: Inger Johanne (valgt på årsmøtet)

Nestleder: Heidi

Regnskapsansvarlig: Åse

Sekretær: Aud

Webansvarlig: Åse og Lars

Journalister: Lars og Liv Anne

Redaktør medlemsbrev: Liv Anne

Svare på epost/facebook fra medlemmer: LIV Anne og Aud

Seniorrådgiver: Eldri

Seminarkomite: Ingunn og Heidi

Her ble det bestemt følgende hovedområder for arbeidet i 2017:

- A. Formidling (lydfiler, video med foredrag, video demo av veiledning, medlemsbrev, kontinuerlig oppdatering av nettsiden, for suksesshistorier)
- B. Nettverksbygging (kontakt med medlemmene, facebook, ny nettside, tilrettelegge for at medlemmene har kontakt f. eks. gj. LST-grupper)
- C. Markedsføring av livsstyrketrening (gjøre livsstyrketrening kjent via leserinnlegg, evt. jobbe politisk)

Så ble det avholdt et nytt telefonmøte 7. mars - så vi er i gang! Vi vil prøve å sende dere minst tre ny 2017, og holde aktiviteten i gang i Facebookgruppen: [Livsstyrketrenerne, alle kull](#).

#Seminaret i januar

Over 80 livsstyrketrenerne var samlet til seminar, og vi fikk tre fine og lærerike dager sammen. De som gjenoppleve (evt. se hva de gikk glipp av) kan nå se foredragene på [websidene til Forum for livsstyr](#)

#Ny webside

I løpet av kort tid vil vi få en ny webside for Forum for livsstyrketrening der betaling av medlemskonti integrert del av systemet. Da vil vi også tilgjengeliggjøre mer materiale dere kan bruke for å starte/hv samt den nye logoen som ble presentert på seminaret. Hvordan dere betaler medlemskontingenten dere vite i en egen e-post.

#Starte opp Livsstyrkegrupper

Vi har på planen for de neste to årene å samle historier fra medlemmer som har lyktes med å starte så å videreformidle dem i medlemsbrevet, på FB-sida for alle kull og på seminaret. Vil du dele din s med andre livsstyrketrenerne, så sender du noen ord til [Liv Anne](#).

#Besøk av Eldri Steen

Halve duoen som startet opp Livsstyrketreningen er klar for å komme på besøk til dere. Ta [kontakt n](#) det er interessant der du bor.

#Linker fra Facebookgruppen

RVTS Sør: [Film om hjelpekunst](#)

Bokanm: [Å lytte til hakkespetter - Naturen som terapeut](#) (Modum Bad)

Mindfulness Norge: [Videoer fra høstens konferanse](#)

Avhandling Daniel Simpson: [From Me to We... Could Mindfulness in Schools Be More Insightful?](#)

Dagens Medisin: [Hvorfor somaliere aldri blir "deprimert"](#) (om kulturforskjeller)

Tidsskrift for Norsk Psykologforening: [Begynnelse på slutten for diagnosene](#)

Forskning.no: [Disse lidelsene utfordrer legene](#)

Fvn.no: [Fra Generasjon Prestasjon til Generasjon Relasjon](#)

RVTS Sør: [Hjernen formes av bruken](#)

Fra smertekonferanse: [Hvorfor sitte inne når alt håp er ute](#)

VID: [Livsstyrketrening](#) (ny markedsføringsvideo)

Fvn.no: [Hva skjedde med gleden?](#)

Bok: [Mindful eating - mindful life](#) (ref + link til fulltekst)

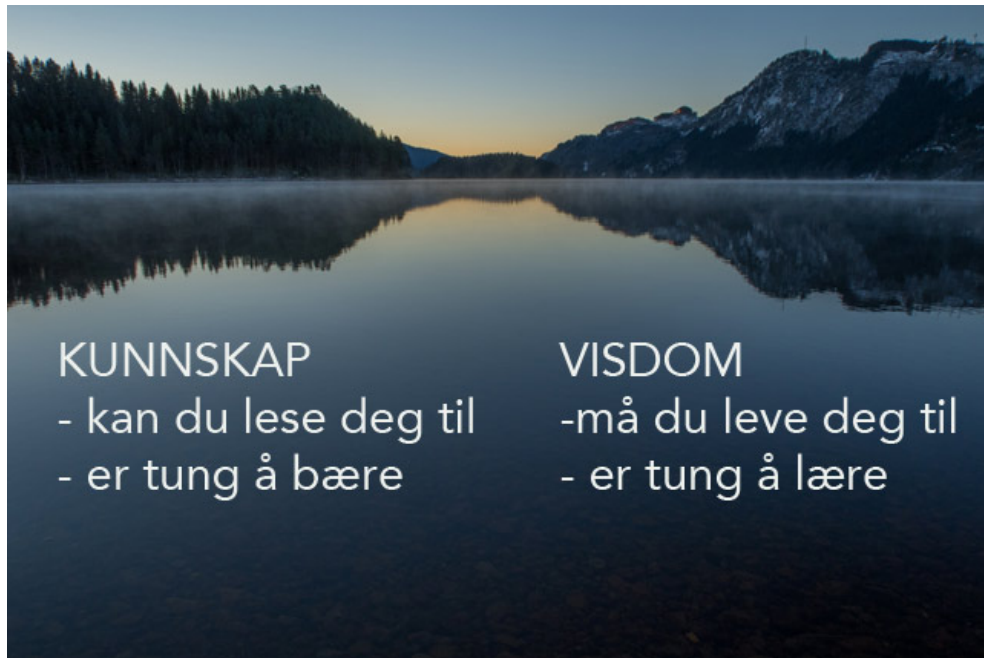
#Aktuelle seminarer

[Grunnkurs i grunnleggende traumeforståelse](#) (RVTS Sør - Lyngdal i juni)

#Tips oss

Vi vil gjerne ha tips og stoff fra dere. Ta kontakt med [Lars](#) eller [Liv Anne](#) hvis du har noe på hjertet. E

bruke FB-gruppen, så siler vi ut "the best of" til nyhetsbrevet.
Med dette ønsker vi dere en riktig god vår - hvor kjenner du våren i kroppen? :-)



Copyright © 2017 Forum for Livsstyrketrening v/Lars Verket, All rights reserved.
Du får denne e-posten fordi du er medlem av FORUM FOR LIVSSTYRKETRENING.

Our mailing address is:

Forum for Livsstyrketrening v/Lars Verket
Postboks 487
Kristiansand, Vest-Agder 4644
Norway

[Add us to your address book](#)

Want to change how you receive these emails?
You can [update your preferences](#) or [unsubscribe from this list](#)

MailChimp