

Mit liv i balance, uge 37 på Struer Højskole

Der tages forbehold for ændring i programmet

	Søndag	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag
7.30-8.00			Meditation i stilhed	Meditation i stilhed	Meditation i stilhed	Meditation i stilhed	
8.00 – 8.45		Morgenmad	Morgenmad	Morgenmad	Morgenmad	Morgenmad i stilhed	Morgenmad
9.00-9.30		Morgensamling	Morgensamling	Morgensamling	Morgensamling	Morgensamling	9.00-9.30
9.45 – 11.15		Meditation i teori og praksis	Mit livstræ Gå i dybden med, hvem du er/Kend dig selv	9.45-16.00 Tur ud af huset - Bovbjerg fyr Forholde sig til aktuelle udstillinger Forbundethed til malerkunst. – Faciliteret (KB)	9.45-12.15 Lokal gåtur Naturen og mit nervesystem (KB)	Visionboard (KB)	Oprydning og afrejse
11.30 – 12.15		Gå, så går det nok					
12.30 – 13.00		Middag	Middag	Madpakker	Middag	Middag	
13.00 – 14.00		Opvask	Opvask		Opvask	Opvask	
14.00 – 15.30		Walk and talk Filosofisk vandring (TC)	Mindful interview Livstræet (KB)	Tur ud af huset - Bovbjerg fyr	Fx Fælles proces: Hvordan jeg imødekommer den mørke tid. (KB)	Visionboard Walk and talk / Eller refleksionsvandring	
	1600-1800 Ankomst						
18.00 – 18.30	Aftensmad	Aftensmad	Aftensmad	Aftensmad	Aftensmad	Aftensmad	Afslutningsmiddag
19.00 – 20.00	Velkomst	Kreativt værksted (BF)	Fællessang ()		14 timer i stilhed 18.30 – fredag 8.30		