

Julegaven, der vil få dig til at le!

**DVD "Le dig sund med Lattertræning".
Køb den på www.lattertraening.dk**

Denne dvd er et værktøj, som kan inspirere til at komme i gang med daglig lattertræning. På en nem og overskuelig måde viser den, hvad det vil sige at "lattertræne", og du får en del konkrete øvelser til brug på forskellige tider af dagen.

Resultatet er at du får mere spontan og hjertelig latter ind i dit liv.

Dvd'en er en oplevelse i sig selv, og den kan bruges af dig alene og i sociale sammenhænge, fx blandt venner eller på arbejdspladsen.

Ved at grine dagligt bliver du mere udadvendt, afslappet og ressourcefyldt, og så er det samtidig den ultimative stressknuser.

For at fuldende dvd'en er der til slut samlet en række inspirerende interviews med professionelle og med personer, der bruger latteren aktivt i deres hverdag.

Dvd'en er opdelt, så du kan bruge lige det program, der passer til din situation.

Susanne Preisler, som er coach, stressvejleder og latterkonsulent, vil gennem denne dvd guide og inspirere dig til at grine, stresse af og få større velvære i hverdagen.

"Nu har jeg haft tid til at stifte bekendtskab med din DVD nogle gange, og stor ros, den er nem og sjov at gå til." Michael Frederiksen- NLP master/practioner

Jeg vil nu når lejlighed byder, sende dig mange "rosen" for din latter dvd – som jeg har haft uendelig glæde af at vise for min søn der har Downs Syndrom.

Han ser den i ny og næ – og har gjort det over et år. Han nyder det, og jeg glæder mig sådan over at han kan finde det som værende en aktivitet der er hans. Disse børn har jo meget svært at holde koncentrationen. Mariaclare Vincentz

Juletilbud Kr.150,- (Normalpris 199,-)

Kan bestilles på:

www.lattertraening.dk

Tlf. 5176 3270

Spørgsmål: info@lattercenter.dk

