

Några röster från deltagare i Våga Vara våren 2014!

Jag duger som jag är!

Projektet är en
växtplats.

Fast beslutet att hitta vägen
till mitt eget liv.

Jag har fått ökad medvetenhet
om mig själv och bättre
kroppskänedom.

Engagerade
volontärer,
märktes att
de tycker om
det de gör.

Smittad av positiv stämning, inte
sur eller ledsen när man går hem
efter dagen.

Jag har genom projektet fått en
vidgad syn på existentiella frågor. Att
det inte finns någon skarp skiljelinje
mellan kristet synsätt och vad som är
allmänt mänskliga behov.

Jag har fått delaktighet
och möten.

Ska man ha en chans att få ihop livet
så måste man börja från insidan.

De åtta grundstenarna ger bärkraft!
Insikten om deras betydelse fattas
ofta vid utanförskap.

Mindre trött allteftersom
veckorna gått.

Fått ny styrka,
beslutsamhet
och tro.

Fin stämning människor
emellan, ser varandra
och bryr sig.

Tar med mig glädjen och
nyttotänk/inspiration från
basal kroppskänedom
och hälsosamtalen runt
soppan.

Variationen mellan
olika moment i
upplägget är bra.

Existentiell hälsa är en
hörnsten för att kunna
bygga upp annan hälsa.

