

Kære opstillingsinteresserede

Velkommen til et nyt år hos Familieopstilling Fyn.

Jeg glæder mig til et år, hvor vi igen kan mødes, og i fællesskab kan lave meningsfulde opstillinger med hinanden.

I denne mail kan du læse om nogle af de ting, du kan deltage i i den kommende tid.

Her kan du læse om forløbet: "3 søndage med systemiske familieopstillinger", om temaaftener, og om Åben aften, hvor du kan opleve en familieopstilling. For familieopstillinger skal opleves!

Og så er her også en lille appetitvækker, om familieopstillinger i en hel uge på dejlige Drejø til sommer.

Hvis der er noget, du har lyst til at deltage i, så tøv ikke med at tilmelde dig. Skulle nogle af arrangementerne mod al forventning blive aflyst pga. Corona, får du naturligvis dine penge tilbage.

Jeg glæder mig til meningsfyldt samvær i dit selskab.

Kærlig hilsen

Jane Bruus, certificeret systemisk familieopstiller ISFO



D. 27. februar, d. 27. marts og d. 1
maj 2022 kl. 9-17

3 søndage med systemiske familieopstillinger

Dette forløb strækker sig over 3 søndage, hvor I som gruppe mødes 1 gang om måneden, for at arbejde med de udfordringer og problematikker der fylder i jeres liv.



15. februar kl. 18-21.30

Åben aften med familieopstillinger

Er du nysgerrig på, hvad systemisk familieopstilling er for en størrelse?

Så vil jeg gerne invitere dig til åben aften tirsdag d. 23. november hos Familieopstilling Fyn.

Alle deltagere får i løbet af de 3 søndage deres egen opstilling og får samtidig rig mulighed for at opleve at være repræsentant i de andre deltageres opstillinger. Min erfaring er, at alle tager noget værdifuldt med hjem til deres egen proces, både når de får deres egen opstilling, og når de oplever at stå som repræsentant i andres processer.

Det vil være en overskuelig gruppe, hvor der er tid til alle, og hvor vi kan skabe et fortroligt rum. Vi tager afsæt i og nyder godt af det nærvær, den fortrolighed og det fællesskab, der opstår, når vi mødes i en gruppe over flere gange.

Alle problematikker og udfordringer, vi har med os, kan stilles op.

Vi har alle fra tid til anden udfordringer i vores liv. Det kan f.eks. være i vores parforhold, til vores familie, relationer der er svære eller på vores arbejdsplads.

Der kan være valg, der er svære at træffe, en retning, der er svær at finde. Følelsen af at vi gentager de samme mønstre igen og igen. Eller vi kan være ramt af fysisk sygdom, angst, lavt selvværd, spiseforstyrrelser, depression eller noget helt andet.

Systemisk familieopstilling er en metode, der er healende på sjælsplan både for dig, dem der kom før dig, og dem der følger efter dig.

Når man arbejder i en gruppe, har man ikke sin egen familie med, men bruger de andre deltagere i gruppen som repræsentanter. De kan for

Det bliver en aften, hvor du kan få lov til at opleve systemisk familieopstilling, og se hvad det kan gøre for dig.

Denne aften er både for dig, der er nysgerrig på, hvad familieopstilling er, for dig, der har lyst til at introducere systemisk familieopstilling for en af dine kære, og for dig, der bare elsker at være i opstillingsfeltet.

Jeg vil lave en kort introduktion til systemisk familieopstilling, men aftenen vil primært være oplevelsesorienteret.

Metoden kommer for alvor til sin ret, når den opleves. Jeg trækker lod blandt de, der er interesserede i at få en opstilling. Resten af de fremmødte vil have mulighed for at opleve, hvordan det er at være repræsentant i en opstilling.

Min erfaring er, at alle tager noget værdifuldt med hjem, både når de får deres egen opstilling, og når de oplever at stå som repræsentant i andres processer.

Er du blevet nysgerrig, så kontakt mig enten for tilmelding eller for at høre mere på telefon 24 61 58 08 eller på mail familieopstilling@mibit.dk.

Du kan også læse meget mere om familieopstilling på min hjemmeside www.familieopstillingfyn.dk

Tid og sted: Tirsdag d. 23. november 2021 kl. 18.00 – 21.30
Familieopstilling Fyn, Møllergade 28, 1. sal, 5700 Svendborg

Pris 100 kr. Tilmelding nødvendig

eksempel repræsentere ens familiemedlemmer, de symptomer man døjer med, eller de veje, man har at vælge mellem ved svære valg.

Pris: 1500 kr. Hvis du er arbejdsløs, pensionist eller lignende er prisen 1350 kr.

Du kan tilmeld dig
eller kontakt mig her

Temaaftener



11. marts 2022 kl. 18 - 21.30

Temaaften - mig og mit indre barn.

Hvordan har dit indre barn det?

Måske er der et "lille barn" inden i dig, der har nogle behov, som du ikke får øje på i en travl hverdag?

Denne aften vil være meget praksisorienteret og bestå af små opstillinger, hvor alle deltagere får mulighed for at møde sit indre barn, og høre hvad det har på hjertet.

Vi arbejder på at forbinde din voksne, kærlige og omsorgsfulde del med dit indre



31. marts 2022 kl. 18- 21.30

Temaaften - om at stå i dig selv og mærke dine egne grænser.

På denne temaaften vil vi arbejde med din oplevelse af at kunne stå i dig selv og din evne til at mærke dit eget rum og dine grænser.

Denne aften vil være meget praksisorienteret og bestå af små opstillinger, hvor alle deltagere får mulighed for at gå på opdagelse i deres eget rum og udforske deres egne grænser.

barn, så du kan møde dig selv og dine inderste behov fra et kærligt sted.

Har du spørgsmål eller ønsker at tilmelde dig, så kontakt mig på familieopstilling@mibit.dk eller på telefon 24 61 58 08

D. 11. marts 2022, kl. 18- 21.30

Sted: Familieopstilling Fyn,
Møllergade 28, 1 sal, 5700
Svendborg

Pris 225 kr.

Du skulle gerne gå fra denne aften med en større forståelse og en ny nysgerrighed omkring dig selv, dit rum og dine grænser.

Har du spørgsmål eller ønsker at tilmelde dig, så kontakt mig på familieopstilling@mibit.dk eller på telefon 24 61 58 08

D. 27. april 2022, kl.18-21.30

Sted: Familieopstilling Fyn,
Møllergade 28, 1 sal, 5700
Svendborg

Pris 225 kr.

Du kan tilmeld dig
eller kontakt mig her



Uge 27

Familieopstilling på Drejø ø-lejr

Sidste sommer fik jeg en fantastisk invitation til at facilitere familieopstillinger med en stor gruppe mennesker på Drejø ø-lejr, da familieopstillier Grete Haugen fra Norge blev forhindret pga. coronarestriktioner. Og sikke en vidunderlig oplevelse!

Så det er med rigtig stor glæde, at jeg i år vender tilbage til Drejø ø-lejr i uge 27, for sammen med Grete Haugen i en hel uge at lave familieopstillinger.

Programmet for ugen ser i overskrifter sådan ud:

"Et indre møde med dig selv i mødet med livet"

Vi vil arbejde med små opstillingsøvelser, meditationer og traditionelle familieopstillinger.

Vi vil også bruge øvelser, der er inspireret fra tantra, hvor omdrejningspunktet er at forbinde sig med sit eget nærvær, tilstedeværelse og egen livskraft.

Gennem chakradans, stemmens udtryk, nærværøvelser og massage kommer vi i kontakt med hele sjælens udtryk gennem kroppen. Så vi kan møde livet med vores fulde udtryk.

Det koster 1085 kr. for at deltage hele ugen incl. den skønneste vegetarmad.

[Læs mere om Drejø ø-lejr og billetkøb her](#) Billetterne frigives i marts/april måned. Hvis du har lyst til at deltage, så sæt allerede nu kryds i kalenderen, og har du spørgsmål, så kontakt mig endelig.

[Her kan du læse mere om hvad familieopstilling er](#)

Familieopstilling Fyn

Møllergade 28, 1. sal, 5700 Svendborg
Danmark



Afmeld nyhedsbrevet

[Afmeld nyhedsbrev](#)