

YOGA, VILA, SAMTAL • ALMEDALSVECKAN 2019



Lila shala

#hallbaraktivism

Många aktivister jobbar intensivt för att göra världen till en bättre plats med risk för att den egna hälsan tar stryk i kampen. Lila shala och vänner har tillsammans utforskat yoga, meditation och aktivism sedan 2010. Vi vill gärna fortsätta utforskandet, kanske tillsammans med dig?
» Det tysta rummet är öppet mån-tors för närvaroträning och vila. Mellan passen är rummet tillgängligt för egen praktik o vilostunder.
Vi som undervisar/samtalar: Tina, Catarina, MC & Rita,
Frivilligt samtal efter klasserna om aktivism och praktik.

YOGA & MEDITATION I LILLA SHALAN/SALEN - DET TYSTA RUMMET			
MÅNDAG 1/7	TISDAG 2/7	ONSDAG 3/7	TORSDAG 4/7
	7-8 Mjuk Hathayoga	7-8 Mediyoga	7-8 Mediyoga
12-13 Yinyoga	12-13 Mediyoga	12-13 Yinyoga	12-12.45 Meditation
16-17 Hathayoga	16-17 Yinyoga	16-16.45 Meditation	Det tysta rummet stänger efter den sista klassen.

» Under Almedalsveckan ingen föränmälan. Vi tillämpar donation [Swish = 0700456105]

» Samarbetspartner under Almedalsveckan ABF Gotland

STORA SALEN - PROGRAMPUNKTER

TISDAG 2/7

Svenska Osteopatförbundet

14-15: Vad har sveriges osteopater att erbjuda vården?

ONSDAG 3/7

KAM - Kommitén för alternativmedicin

10-10.45 Ny Novus-undersökning visar att många blir friskare av komplementär- och alternativmedicin.

11-11.45 KAM. Komplementär- och alternativ medicin och vård - Säkerhet, kunskap, dialog. Nytt lagförslag

13-13.45 Behövs granskning av välutbildade yrkesutövare inom komplementär- och alternativmedicin?

Samarr Lila shala & Mindthemind Sweden

14-15 Om MBSR - Mindfulnessbaserad StressReduktion - På vilket sätt kan Mindfulness bidra till olika samhällssektorer, såsom skola, sjukvård, kriminalvård, om vi skulle våga satsa på att använda oss av det?

TORSDAG 4/7

KAM - Kommitén för alternativmedicin

10-10.45 Ny Novus-undersökning visar att många blir friskare av komplementär- och alternativmedicin.

11-11.45 KAM. Komplementär- och alternativ medicin och vård - Säkerhet, kunskap, dialog. Nytt lagförslag

13-13.45 Behövs granskning av välutbildade yrkesutövare inom komplementär- och alternativmedicin?