

## Hej!



Hösten år 2008 närmar sig. Vad innebär den för dig? I din personliga livshistoria? Fortsätter allt som vanligt, eller är det dags för nya steg? Blir du vemodig, orolig eller ångestfylld vid åsynen av höstlövs i vinden? Eller visslar du en vacker höstmelodi och känner dig glad utan anledning? Vad gör tidens gång med dig? Hur upplever du ditt liv, här och nu?

Det finns en genväg i livet som alltid tar oss dit vi vill komma. Den går **från här och nu till här och nu, via här och nu**. För här och nu finns alla våra planer för framtiden och alla minnen från det förflutna. Allt detta är tankar, här och nu – kopplade till våra känslor och till livsenergin flöde i vår kropp. Det är detta som är **råmaterialet i livscoaching**. Vi börjar där du som klient vill börja. Processen är sedan en upptäcktsfärd genom allt som finns här och nu, i riktning mot det mål som du med mitt stöd formulerar (gällande arbete, relationer, fritid, eller precis vad som helst).

Och gissa var det målet finns... Här och nu! (Surprise, surprise! :-)) Platsen **där du alltid befinner dig**, oavsett vilka spännande förändringar du eventuellt planerar inför den kommande hösten. Platsen där du befinner dig i det ögonblick du når ditt mål. Jag hoppas att **läsningen av detta fullmatade nyhetsbrev** kan ta dig ett steg närmare – här och nu!

### Varma hälsningar från Svante



## Visa Vägen satsar mot företag – via Inner

Den 15-16 september kommer Svante att utbilda sig till licenstagare hos **Inner Sweden AB**. Via detta licensavtal kommer Visa Vägen att arbeta med coachande samtal på företag. Visa Vägen kommer även att agera som försäljare av Inners koncept. Inner erbjuder ett koncept inom **HÄLSA i vid mening**. Så här uttrycker man det på sin [hemsida](#):

"Inner Sweden erbjuder konceptet livsstilsprogram för utveckling av hälsan. Med en webbplattform som grund kombineras tjänsten efter varje företags unika situation. Plattformen agerar som underlag för mätning, koordination och individuell uppföljning. I kombination med olika stödtjänster som föreläsningar och coachningsamtal levereras ett unikt koncept inom livsstilsförändring."

[Kontakta Svante](#), om du är intresserad **för ditt företags räkning!**



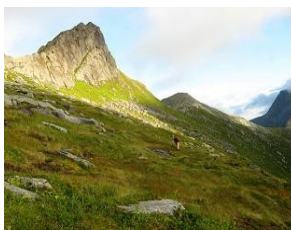
## Visa Vägen skriver hälsokrönikor

– för Hälsobygget

**Vill du bygga en bättre hälsa?** [Hälsobygget](#) är en ny sajt – lanserad **häromdagen** – som vill fungera som en plattform för diskussion och

dialog kring ämnet **HÄLSA i vid mening**. Sajten omfattar fyra olika forum ("Kost", "Aktivitet", "Vila" och "Probiotika"), en blogg, en hälsopanel, gästkrönikor (se nedan!), med mera. Genom att bli medlem kan du göra inlägg i forumen, kommentera i bloggen och ta aktiv del i utbytet av kunskap och inspiration för ett hälsosammare liv. Mannen bakom sajten, Pehr-Johan Fager, har hämtat mycket inspiration från sin farfars bror, Are Waerland, en pionjär och banbrytare inom hälsotänkandet. Are låg bland annat bakom föregångaren till dagens tidskrift [Hälsa](#).

Visa Vägen har avtalat med Hälsobygget om att leverera **en krönika i veckan. Den första finns nu publicerad här!**



## **BLOGGTÄVLING: Skriv ett eget blogginlägg och vinn Trisslotter!**

Visa Vägen öppnar nu upp sin [blogg](#) för externa skribenter! Det sker i form av en tävling där **jag lottar ut 3 Trisslotter till 1 vinnare för varje 10 publicerade bidrag**. Du är välkommen att skriva ett inlägg på något av följande 3 teman:

1. "Om jag vore min egen livscoach..."
2. "Om jag vore min egen lärare i skrattyoga..."
3. "Om jag vore Xs livscoach..." (Byt ut X mot valfri person.)

Du är välkommen att tolka temana fritt och skriva i vilken form du vill. Men tänk på att dela upp texten i stycken och att inte skriva alltför långt. Alla inlägg publiceras oredigerade. Du kan välja att underteckna med namn eller vara anonym. Du får skriva hur många inlägg du vill.

**Och tipsa gärna alla du känner! Ju fler inlägg som kommer in, desto snabbare skapar du vinstchanser för dig själv!** Mejla ditt inlägg till: [svante@visavagen.nu](mailto:svante@visavagen.nu)

## **Höstmöjlighet för dig: Få 3 sessioner livscoaching, betala för 2!**



Varje dag är en möjlighet till **nystart i ditt liv**. Men ofta tar vi inte de chanser som bjuds. Därför kan det vara bra att fånga möjligheten vid de **naturliga skiften som året erbjuder**. Dessa skiften ger en extra kraft till ditt beslut (som en våg att surfa på). Nyår är ett givet tillfälle, våren är en möjlighet för inre & yttre storstädning och **början av hösten (nu!)**, efter sommarens semester med alla dess upplevelser, är ännu en gyllene chans till nystart. **Vill du ta chansen?** Om du vill det, ska du veta att Visa Vägen sträcker ut en stödjande hand för att **hjälpa dig över den tröskel av motstånd** som alltid brukar finnas där i någon mån. Handen är i form av en bra rabatt: **Boka in en första session till senast den 24/9 och du får 3 sessioner till priset av 2!**

## **NYHETER I KORTHET:**

**Veckans 100-lapp har blivit "100-lappen!"** Systemet funkar som förut förutom att den löpande förnyelsen av tips är borta och ersatt med 5 fasta sätt för dig att **skapa dig rabatt på Visa Vägens tjänster**. Vilka de är ser du [här](#).

**"Gula Hörnet" äntligen här!** Jag skrev tidigare om de banderoller som var på väg upp på min mottagning vid Globen. Tyvärr tillstötte oväntade problem med hyresvärden. Dessa tycks nu vara lösta och **tisdagen den 2 september** sätter vi upp våra banderoller – och **skålar i champagne!** :-)

**Öppet Hus på min mottagning vid Globen, 11/10 kl 11-15.** Skriv in detta datum i din

almanacka! Mer info publiceras snart på hemsidan och i oktober månads nyhetsbrev.

**Höstens danskurs, med Katarina Sidusgård, ställs tyvärr in.** Detta på grund av att Katarina fått ändrade anställningsförhållanden som tar mer av hennes tid i anspråk.

**Ny text om mannen bakom Visa Vägen!** En nyskriven, lite längre, text om Svante finns nu på hemsidan. Gå in på "[om svante](#)" och klicka dig vidare, eller klicka [här](#), för att **öppna pdf:en direkt**.

## **Visa Vägen tipsar...**

**...om spikmattor och Gongmeditation!** Två underbara verktyg för **djupavspänning**. Tycker i alla fall Svante, som har testat dem båda – till och med i kombination... "Gongen" har jag prövat både live och med [denna CD](#). Spikmattor kan du läsa mer om till exempel [här](#).

...om att min mentor och lärare **Lennart Matikainen släpper sin bok *Rena Relationer*** (Forum förlag) den 3 september. Jag känner Lelle och kan utan att ha läst boken rekommendera den helhjärtat!

**Om detta nyhetsbrev:** Känner du någon som du tror vill ha Visa Vägens nyhetsbrev? Känn dig då **fri att vidarebefordra**. Om du samtidigt skickar en kopia till mig, så lägger jag till adressen i utskickslistan. **Om du inte vill ha** fler nyhetsbrev, svara på detta mejl med ett "nej tack".