



# Facilitering af forbundethed

Facilitator & vandrecoach Kristine Karlshøj

## Pecha Kucha Talk

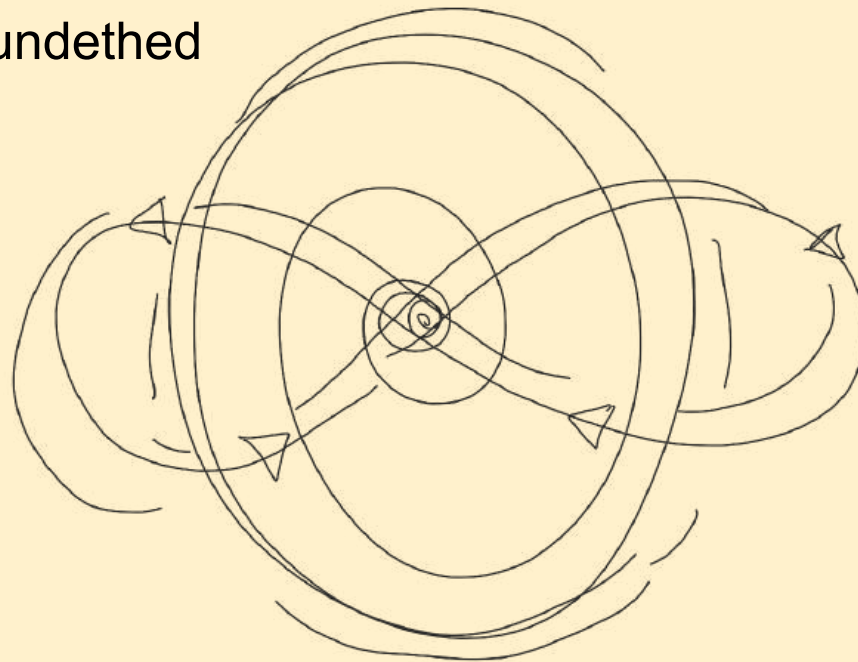
PECHA KUCHA  
20x20



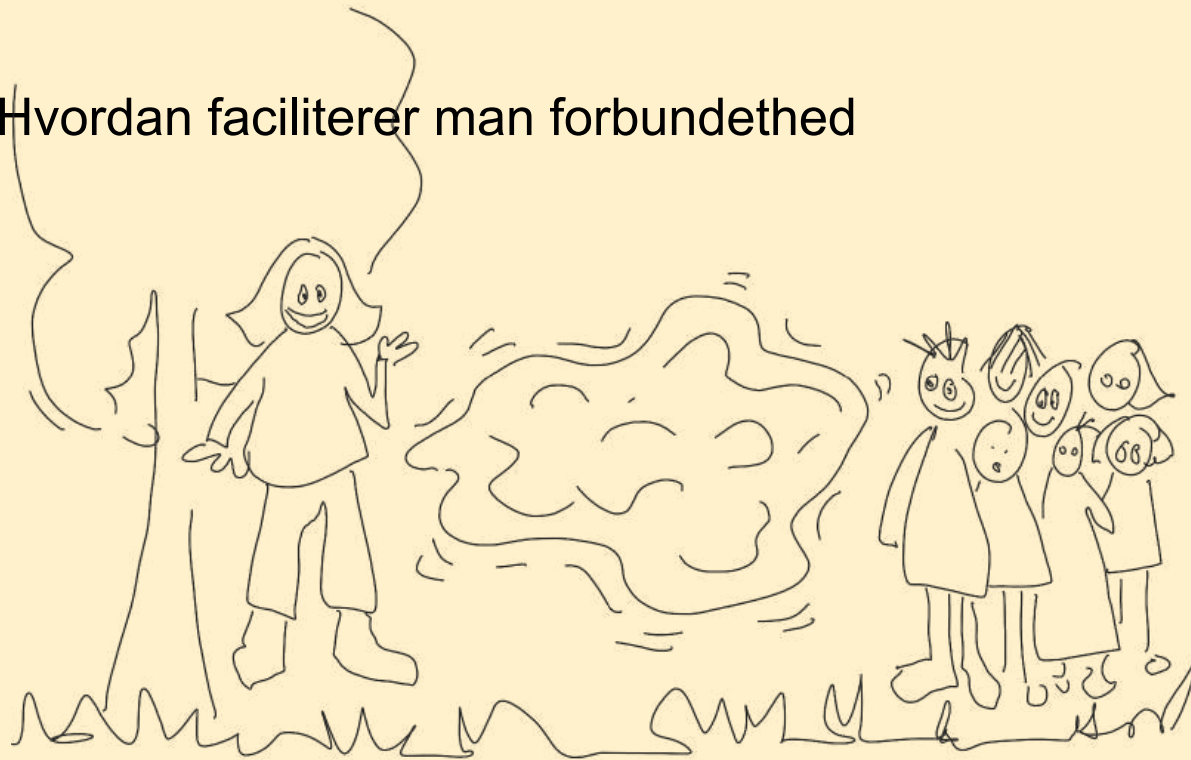
Jeg er Kristine Karlshøj



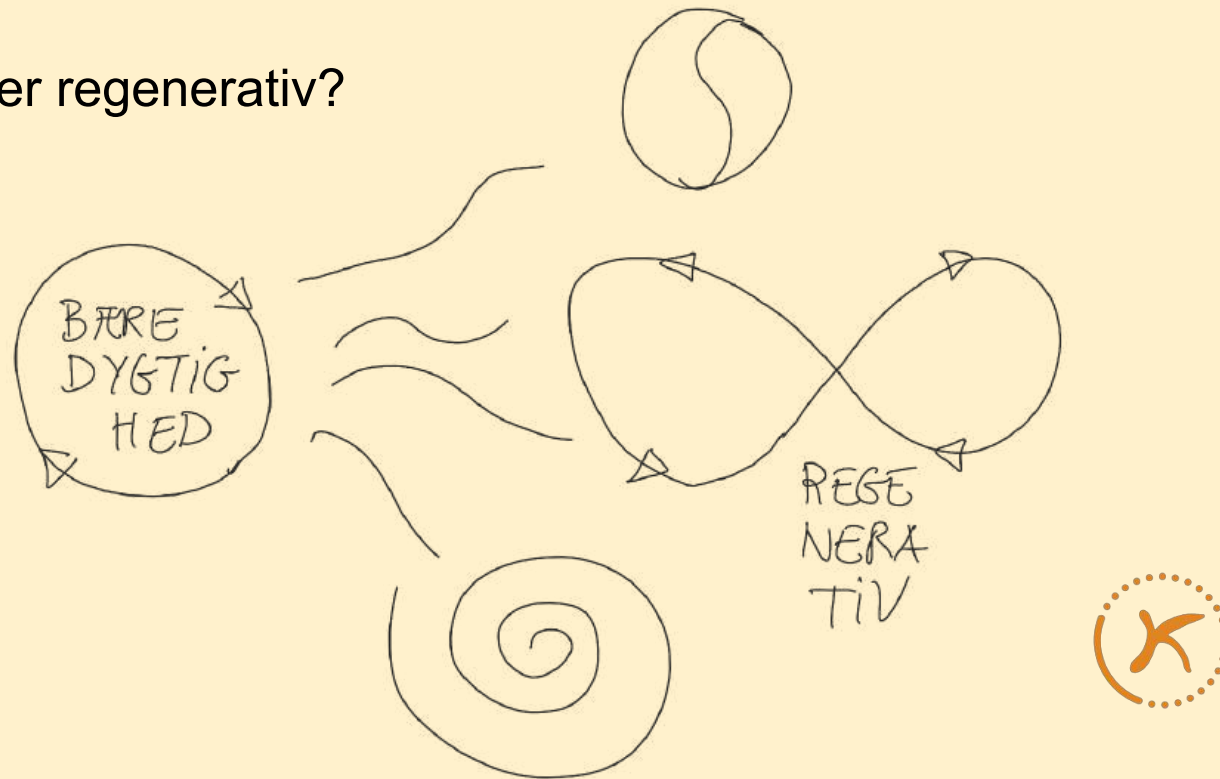
Hvad er forbundethed



Hvordan faciliterer man forbundethed



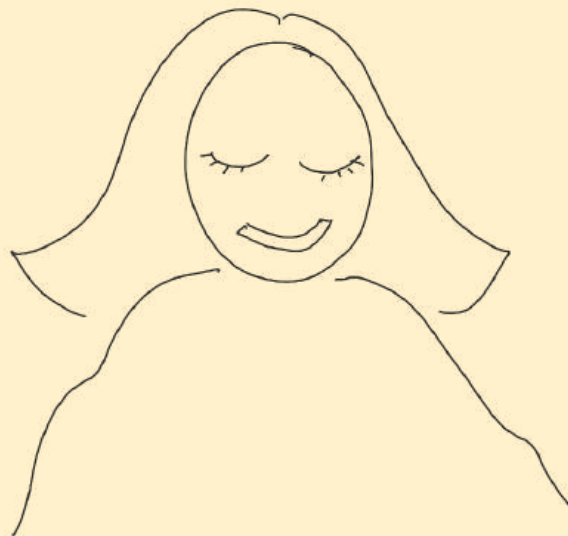
Hvad er regenerativ?



Hvad har regenerativ med forbundethed at gøre?

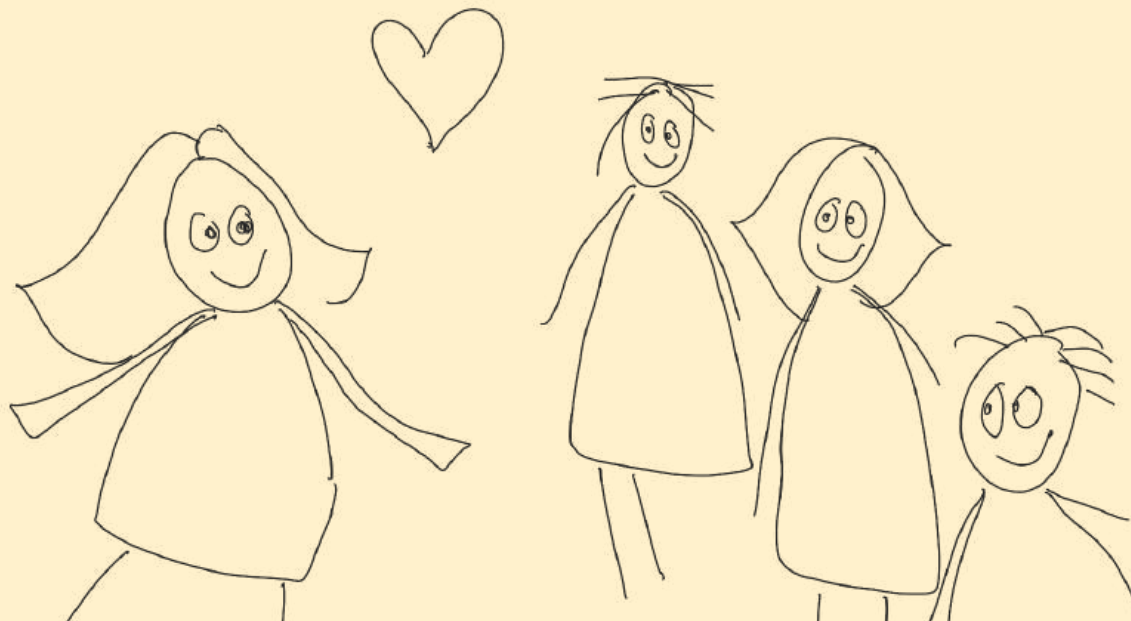


Forbind dig med dig selv - Luk øjnene og træk vejret





Forbind dig med de andre  
Åbn øjnene - vær med dem omkring dig



Forbind dig med naturen - Mærk materialerne foran dig



## Sådan faciliterer du forbundethed



VEJTRÆKNING  
STÅ STÆRKT  
MÆRK DIG SELV



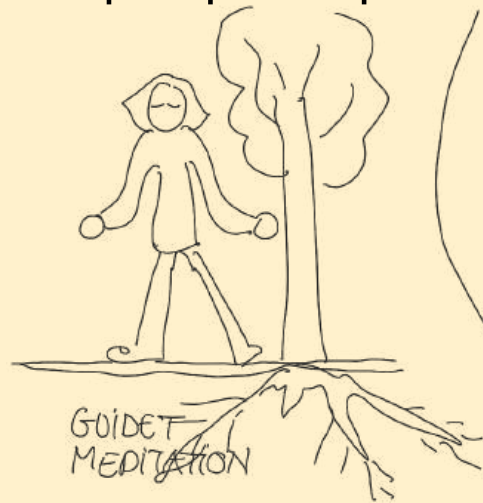
NÆRVÆR  
FÆLLESSKAB  
SAMTALE



NATUR  
SANSNING  
ØKOSYSTEM



## Eksempler på simple metoder du kan starte med



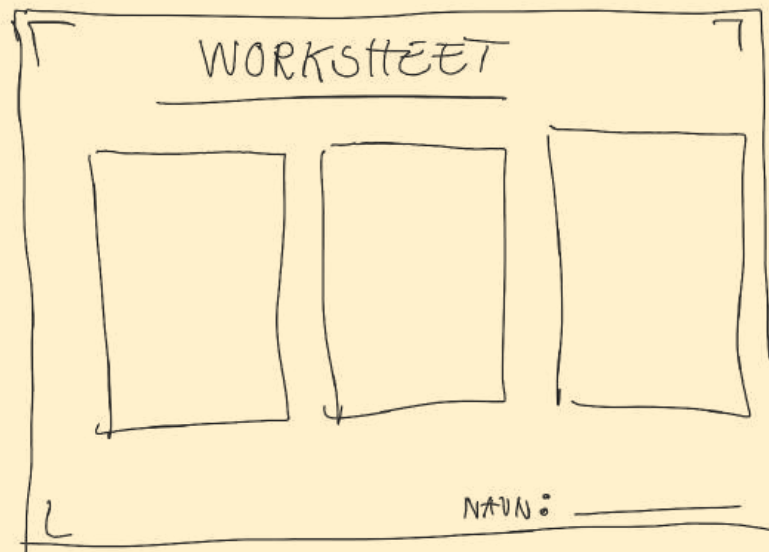
RONDKREDS  
DIALOG



SKABE MED  
NATUREN



Lav din egen øvelse - Brug worksheet

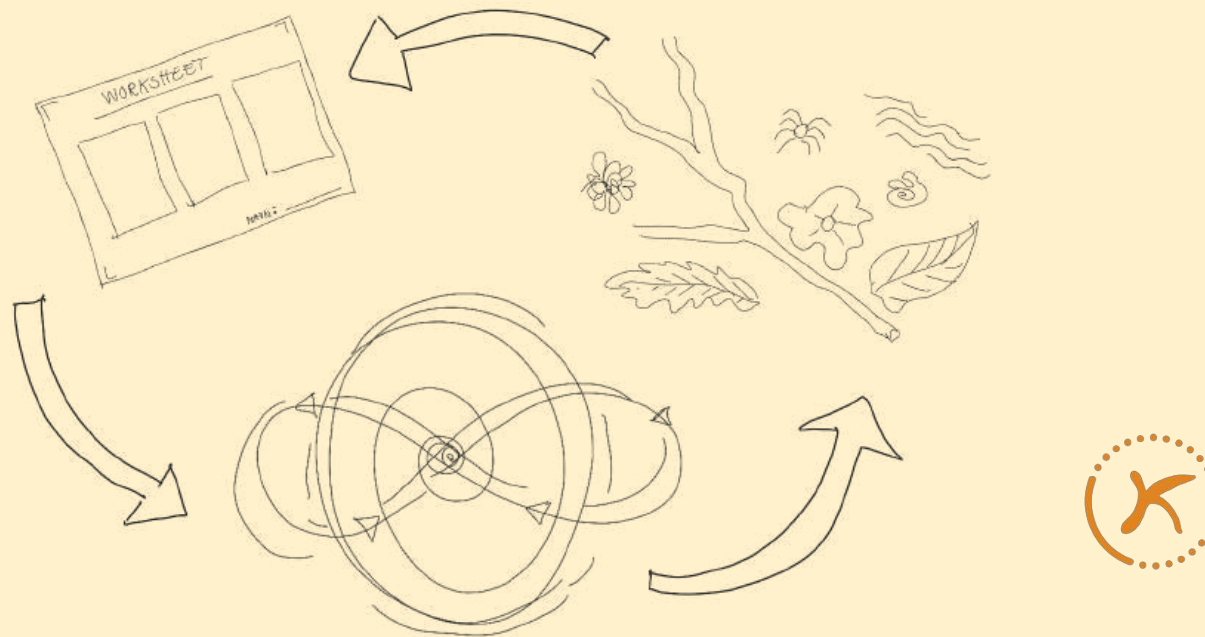


Lav din egen øvelse - Brug worksheet

A hand-drawn worksheet template on a light yellow background. The word "WORKSHEET" is written in capital letters at the top center and underlined. Below it are three empty rectangular boxes arranged horizontally, intended for writing or drawing. At the bottom right, there is a label "NAVN:" followed by a horizontal line for writing a name. The entire drawing is enclosed in a simple rectangular border with small corner marks.



Sådan overfører du øvelsen til din egen faciliteringspraksis



## Teorien bag





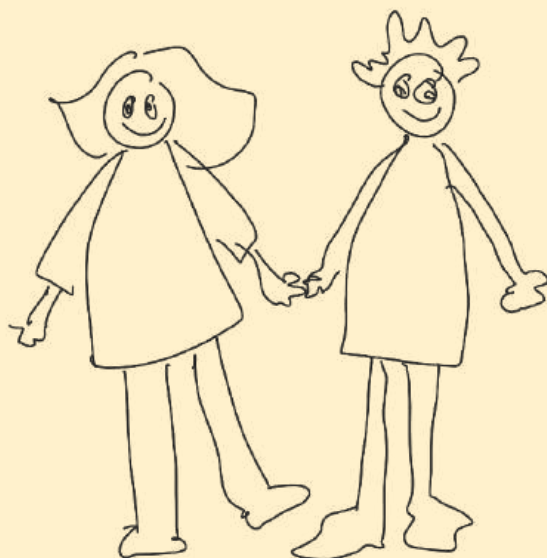
Her finder du mere viden om forbundethed



Min drøm - og plan for det næste år... Hvad er din drøm?



Tak for idag - Nu er vi forbundne



**Karlshøj & Co**  
Meningsfuld forandring

Forbind med mig på LinkedIn: <https://www.linkedin.com/in/kristinekarlshoej/>

Forbind med mig på web: [www.karlshoej.co](http://www.karlshoej.co) / [www.vandrecoaching.dk](http://www.vandrecoaching.dk)

Forbind med mig på Instagram: [https://www.instagram.com/karlshoej\\_og\\_co/](https://www.instagram.com/karlshoej_og_co/)

Forbind med mig på Facebook: <https://www.facebook.com/kristinekarlshoej/>

Forbind med mig på mail: [kristine@karlshoej.co](mailto:kristine@karlshoej.co)