



Mentaltrener

**KEVIN FRØYSTAD**

## Lev Sterkt – Ta lederskap i eget liv

Stord 27. august kl. 1900 – 2130

Arrangør: Ester Kristiansen +47 91 52 31 94

[www.kevinfroystad.no](http://www.kevinfroystad.no)

Ordinær pris 450,- Nå kun 350,-

Kjøp billetter her: [www.kevinfroystad.no](http://www.kevinfroystad.no)

**Velkommen til det mye omtalte foredraget av Kevin Frøystad**

«Lev Sterkt - Ta lederskap i eget liv»

Vi står hele tiden overfor valg, og det er i valgene vi skaper fremtiden. Ønsker du en endring, må noe gjøres annerledes enn du gjør i dag. Det er viktig å ta valg som kjennes riktig for deg og ikke for alle andre, - selv om du er redd for å feile. Frykten for å feile holder mange igjen fra å ta beslutninger, og når vi ikke velger står vi fast. Som offer skylder vi på omgivelsene når vi føler at vi har feilet. Som aktør tar vi ansvar for valgene vi har tatt og for situasjonen som har oppstått.

«Lev Sterkt» handler om å ta beslutninger selv om vi ikke er sikre på at det er de riktige. Alle valg gir en konsekvens som vi kan lære av. Foredraget vil gi deg en innsikt og forståelse som videre gir deg inspirasjon og indre glede. Kjenner du at tiden er inne for å hente frem kraften i deg selv og leve ditt liv? Foredraget gir deg konkrete verktøy i hvordan ta lederskap i ditt liv.

Fra syk til frisk

Min reise med helseteknologier startet i 2001. Min storebror ble alvorlig syk i 1991 og døde i 2001, kun 30 år gammel. På det tidspunktet var jeg utdannet flymekaniker og spørsmålet kom til meg; Hva er årsaken til sykdom? Det er et naturlig spørsmål for en flymekaniker siden vi er opptrent til at det alltid finnes en årsak. Jeg begynte å lete etter svar. Det ble en hobby som etterhvert ble mitt yrke. Jeg sluttet i jobben min i 2005 for å reise rundt å lære av mennesker som hadde gode svar og resultater. Det viktigste jeg har lært om helse, videreformidler jeg med glede i dette foredraget.

Om Kevin Frøystad:

Coach og livsstilsveileder. Han hjelper mennesker til bedre livskvalitet ved hjelp av kosthold, livsstilsendringer og løsning av årsaksfaktorer. At han kombinerer mental trening med dette gjør at man får redskapene til å styrke både kropp og sinn. Hans mål er å hjelpe andre til å oppleve oppfyllelse, livsglede og mening i livet, "å leve sterkt" som han kaller det.

Kevin er en mester i selvledelse. Han har vært norgesmester i roadracing og er vant til å gi full gass. Han er en inspirerende foredragsholder som brenner for sine ideer og gir alt når han formidler det til andre.

Kevin har grunnfag medisin, er utdannet flymekaniker, treningsinstruktør, NLP coach, kvantemedisiner og TFT behandler.

Tilbakemeldinger:

"Foredraget i går var veldig bra Kevin. Du deler nyttig informasjon, rå-kunnskap og erfaring. Hjertelig takk for alt du bidrar med. Til flere muligheter i livet mitt, og til at jeg kan leve mitt liv mer levende." - Ingunn Hole

"Tenk det var du kjære Kevin, som skulle forandre mitt liv. Takk for at du er den du er. Skulle ønske verden hadde flere som deg." - Jane Margareth Øglend

"Kevin motiverer oss til å ta valg og action. Han endrer også hvordan vi ser på livet, helsen og forhold. Informasjonen og forståelsen vi får, gjør oss sterkere selv i en vanskelig situasjon." - Liv C Kjeilen, Psykiatrisk Sykepleier

"Jeg fikk en aha opplevelse når vi skulle finne noe positivt i det negative som har hendt oss. Jeg tror jeg har blitt en person med mye empati pga misbruk som barn. Jeg har ikke tenkt på det slik før, og det ble fantastisk å kunne se noe positivt fra det. Jeg følte en tung bær falt fra mine skuldre, og jeg felte noen gledestårer."- June Hanse