



**Idag har jag varit ett surkart under delar av dagen.  
Men det har även funnits en hel del ljusa stunder.  
Den där förbannade och ledsna Carinan träffar jag inte så ofta.**



*Att klaga är som att sitta i en gungstol – du har något att göra men du kommer ingenstans.*

*(Kristina Reftel)*

Det finns ingen situation som är så hemsk, att du inte kan välja en tanke, som gör att du mår något lite bättre.

(Nelson Mandela)

 meditationsguiden.COM Gilla oss på Facebook för dagliga små tankeväckare! ©

**Så efter en del funderande så kom jag fram till en ny väg att fundera vidare på. Inte helt lätt att harva runt i en hjärna som snurrar. Å inte helt lätt att väga för och nackdelar i en ny "värld". Vad handlar detta om ? Jo! Det sker stora förändringar på Erikslund och jag vet inte om jag vill vara kvar i detta nya eller dra vidare mot något annat nytt. Möjligheter, Möjligheter!**

Det enda jag kan  
ändra är mina  
egna tankar. Det  
är på tankens nivå  
som all förändring  
startar. Det är på  
tankens nivå som  
jag gör mina val.

(Kay Pollak)



Skönt att lägga den här veckan till handlingarna och köra mot Östergötland!  
Den här helgen handlar mest om Cykel.  
10 mil TjejVättern på lördag och 15 mil HalvVättern på söndag.





**Nästa vecka ska vi runt Hela Sjön!  
Hoppas på Bra väder den natten!**

**Måndag 9 Juni**  
**klockan 18.00-19.30**  
**AKTIVITETSKVÄLL**  
**Kom & Prova Smink**

**Sagt om Sonya från Forever:**  
**Mycket Pigment!**  
**Sitter kvar!**  
**Inget svid i ögonen!**

**Prata Hudvård med Hudterapeut—**  
**Från Russin till Vindruva ☺**  
**Lär Dig mer om Aloe Vera**

**Fråga Carina om Du vill veta mer.**  
**Vi Ses på Erikslund!**  
**Välkommen!**

**Physio****chraft**