




## Välkommen till mitt nyhetsbrev januari 2018

### God fortsättning på det nya året!

Hoppas ni haft en fin jul och nyår, själv har jag haft det jättefint. En intensiv jul med alla barn och barnbarn och en lugn och fin nyår, med tid för återhämtning och reflektion. Så måste livet få vara, vi kan inte gasa hela tiden, det måste finnas tid för återhämtning. Det känns mycket aktuellt nu när jag håller på att läsa min kurs till Stresscoach, ämnet är väldigt intressant men mycket känner jag till sedan tidigare, redan de gamla kineserna visste hur man skulle göra. Men varför har vi så svårt att ta till oss det? Är livet för kort för att vi skall hinna med allt vi vill? Eller handlar det mer om kvalitet, att stanna upp och se det som är viktigt? Eller är det tiden? Tiden kan upplevas så olika, oftast upplever vi att den går så fort t.o.m barnen säger det men för många går den väldigt långsamt. Jag tänkte ofta på det när jag var sjuk i somras, jag kunde inte göra saker lika snabbt och effektivt som vanligt och jag mådde bra av det. Mitt nyårslofte är att jag skall försöka gå lite långsammare, man behöver inte småspringa jämt, hjärnan upplever stressad av det. (Endast tillåtet för motion) 

### Pollenallergi 20% jan-feb

Det var **mitt** nyårslofte, andra kanske har lovat sig själva att ta tag i sin pollenallergi och det är hög tid för det nu. Jag har ett erbjudande under januari-februari med 20% rabatt på alla pollenbehandlingar med Bicom. Det flesta blir helt besvärsfria, ni kan läsa mer om det på min hemsida.

Varmt välkomna, hör av er eller boka själva på Bokadirekt

---

### Grattis Sofia Weijdegård , du har vunnit en massage!

Hör av dig så bokar vi en tid som passar.

---

#### Månadens citat

*"Många människor ser fram mot nyåret för en ny start på gamla vanor."*

Varma hälsningar / Majlis

Mai-Qi-Lis Akupunktur och massage  
Majlis Carlsson  
Magasinsgatan 10 4 tr.  
504 35 Borås  
Mobil; 0708 294510  
Mail; [majlishakan@hotmail.com](mailto:majlishakan@hotmail.com)  
[www.maiqilis.se](http://www.maiqilis.se)