

Vallankäytöstä Tasavertaisuuteen

" JOS MINUN PITÄISI PUHUA ENEMMÄN KUIN KUULLA,
MINULLE OLISI ANNETTU KAKSI SUUTA"



PYSÄHTYMINEN tähän hetkeen.
TYYPILLISIMMÄT TOIMINTATAVAT, palautetaan mieleen.
VAIHTOEHTOISIIA TOIMINTATAPOJA, tutustutaan niihin.
TUNTEMUKSIA ITSESSÄ, miten/mitä keho kertoo.
RENTOUTUMINEN