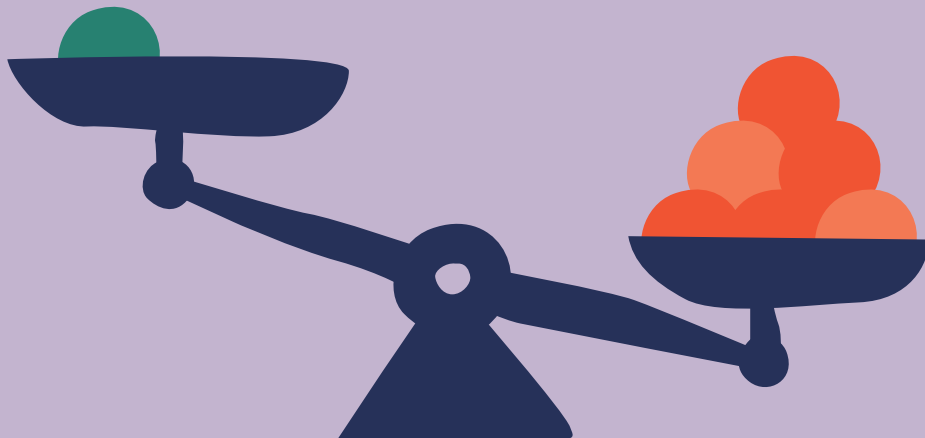


Er der balance?



DV_9_BALANCE

Er der balance?

Smerte kan opstå, når der ikke er balance mellem belastningerne i dit liv og dit overskud.

Belastninger kan være både fysiske og mentale, og du har brug for både fysisk og mentalt overskud.

Når dine samlede belastninger bliver flere end dine resurser, kan balancen tippe.

Hvad er der i dine vægtskåle?

Hvordan kan du få flere resurser?

Er der belastninger, du kan fjerne eller fordele bedre?