

Silva Life Teen er mental træning for teenagere fra 13 til 17 år **Giv din teenager nøglen til et bedre liv**

Til teenageren

Silva Life System for teenagere er et kursus i mental træning der har eksisteret i mere end 40 år. Det er mest voksne der tager kurset, men det startede faktisk med børn og teenagere. Silva Life Teen viser dig hvordan du kan gøre det meste af det du alligevel gør, på en smartere måde. Lær bl.a. at...

- Lære hurtigere og huske det du har lært bedre**
- Slappe og få bedre karakterer til eksamener**
- Slippe af med hovedpiner, nervøsitet og stress**
- Blive bedre til sport og fritid med mental træning**
- Slippe af med generthed og bliv mere glad for dig selv**
- Blive bedre til at skabe og beholde venskaber**
- Plus en masse andet som du kan bruge hele livet**



Silva Life System er brugermanualen til din hjerne og til livet. Kurset foregår i en aktiv og underholdende blanding af foredrag, mentale øvelser, fysiske aktiviteter og spørgsmål/svar runder. I pauserne er der forfriskninger og tid til at strække benene og snakke med de andre. Som noget særligt ved Silva Life System kurset er det gratis at gentage kurset. Det betyder at du kan komme tilbage og møde dine nye venner igen og igen – også når du bliver voksen.

Til forældrene

Silva Life Teen er din mulighed for, som forælder, at give din teenager noget, der vil gøre en stor forskel – både nu og resten af livet. Du er velkommen til at kontakte os for at høre mere om hvad det er vi giver børnene. Du er også velkommen til at deltage på vores gratis infomøde om børnekurserne. Har du endnu ikke selv lært Silva Metoden? Det er en af de bedste måder at støtte dit barn på...

Tilmelding og mere information på www.silvalifesystem.dk