



#### OM MIG

Jag är **Certifierad Feng Shui-konsult** utbildad på Nordic School of Feng Shui och medlem i Svenska Feng Shui Förbundet. Jag har gått Sköna Hems inredningskurser och studerat Svensk Formgivning på Halmstad Högskola. Jag är även Diplomerad Mindfulnessinstruktör Steg 1 (Mindfulnesscenter AB), Certifierad instruktör i Medveten Andning (Sorena) och har en kandidatexamen i Specialpedagogik från Göteborgs Universitet.

#### KONTAKT

**Petra Bertilsson**

[www.petrautvecklinghalsa.se](http://www.petrautvecklinghalsa.se)

E-post: [petrautvecklinghalsa@gmail.com](mailto:petrautvecklinghalsa@gmail.com)

Mobil: 070-558 48 61

Facebook: [@petrautvecklinghalsa](https://www.facebook.com/petrautvecklinghalsa)

Instagram: [petrautvecklinghalsa](https://www.instagram.com/petrautvecklinghalsa)

# Petra Utveckling & Hälsa



**PETRA  
UTVECKLING & HÄLSA**

Feng Shui

Hem-Trädgård-Arbeitsplats

## FENG SHUI

**Feng Shui** betyder vind och vatten och står för energi, rörelse och flöde. Feng Shui har sina rötter i Asien och är över en över 3000 år gammal lära.

Med hjälp av Feng Shui kan vackra och hälsosamma miljöer skapas i så väl inredning och byggnadsarkitektur som i stadsplanering. Feng Shui utgör även ett betydelsefullt inslag hos företag i världen.



Feng shui hjälper oss att förstå hur vi påverkas av färger, former, material, möblering och energifält i våra hem, på vår arbetsplats och i naturen omkring oss. Det handlar om balans, harmoni, medvetenhet, trygghet och väl övervägda val.

Den senaste forskningen inom neurodesign visar att de fysiska miljöer vi befinner oss i påverkar vår hälsa, prestation och vårt välbefinnande.

***"Feng Shui handlar om balansen mellan oss människor och vår omgivning."***

## TJÄNSTER

Jag erbjuder Feng Shui-konsultationer i hem, trädgårdar och på företag. Uppdrag kan även skräddarsys efter behov, ex föreläsningar, workshops mm.



## VERKTYG INOM FENG SHUI

### Energiflöde/Chi

I en bostad rör sig ett flöde av energi/chi mellan dörrar och fönster i alla rum. För att skapa en lugn och harmonisk känsla i ett hem är det viktigt att energin får flöda fram lugnt och harmoniskt.

### Trygghet/Kraftposition

Trygghet är ett primärt behov som ligger djupt nedärvt i våra gener. Det innebär att möblera så att man har en "stabil rygg, stöd på sidorna och fri sikt framåt".

### Kontraster/Yin & Yang

Kontraster och motsatsförhållanden behövs för att skapa balans i vår tillvaro, exempelvis dag - natt, högt - lågt, stort - litet, mjukt - hårt, ljust - mörkt.

### Färg, Form & Material/De Fem Elementen

De fem elementen *vatten, trä, eld, jord och metall* anses inom Feng Shui vara byggstenarna i universum. De fem elementen påverkar oss människor på olika sätt och de utgör basen i att skapa balans och harmoni i en inredning.

### Energihöjare/Chihöjare

Exempel på energihöjare är; *dagsljus, lampor, krukväxter, snittblommor, frukt, grönsaker, speglar och kristaller.*