



**Ellen Vahr**  
PROFESSIONAL COACH

**NYHETS BREV 4/2011 – AKTUELT:**

**LWMAGAZINE. NO**

En video om drømmekraft - med designer Vibeke Stølen Andrup og Ellen Vahr. Videoen vises på [www.lwmagazine.no](http://www.lwmagazine.no) lørdag 10.september

**BOKSIGNERING OPPEGÅRD STASJON**  
i Elisabeth Gullners nye butikk  
torsdag 15.9 kl.14 – 19.

**BOKSIGNERING ASKER**

hos Bindi – adresse: Smuget 1 - fredag 16.9 kl.16 -18.

**FOREDRAG GYLDENDALHUSET**

Jeg holder foredrag om kunsten å lykkes med drømmer under Oslo Bokfestival hos Gyldendal lørdag kl.13.00 – 14.00. **Gratis og åpent for alle!**

**BOKFEST I OPERAEN**

Søndag 18.september kl.13.00 er temaet: *Lev drømmen på Hovedscenen i Operahuset i Oslo. Her er jeg i godt selskap med bl. annet bestselgerdronningen Cecilia Samartin. **Gratis og åpent for alle!***

**ESSENCE ENERGYWORK**

med Marianne Evina Brudevold i Villa Hvalstad **onsdag 28.9 og 2.11. Påmelding!**

**DAMEFEBER KONFERANSEN 2011:**

Jeg er konferansier på årets Damefeber på Håndtverkeren Konferansesenter i Oslo. **Onsdag 19. oktober Påmelding: [www.damefeber.no](http://www.damefeber.no)**

**KJØP AV DRØMMEKRAFT - BOKEN:**

**ARK bokhandel i Asker, Norli i Stavanger sentrum.** Kan bestilles i samtlige bokhandlere og kjøpes i alle nettbokhandlere. Ønsker du å kjøpe et større antall bøker hos meg - får du rabattert pris!

**TWITTER OG FACEBOOK:**

Jeg har begynt å twittre - min adresse er @EllenVahr  
Legg meg også gjerne til som din Facebook venn!

**BOKLANSERING**

ENDELIG kom den store dagen – min boklansering. En drøm over mange år er blitt til virkelighet.

Boklanseringen var som en drøm – et eventyr for meg. Bildene i dette nyhetsbrevet er kun fra denne kvelden tatt av fotograf Liz Palm ([www.palm.no](http://www.palm.no)).

120 gjester feiret lanseringen sammen med meg i Villa Hvalstad og gjorde kvelden til en fest. Jeg er så takknemlig over vakre ord, blomster, gaver, tilstedeværelse og all den kjærligheten som fylte stuene i Villa Hvalstad denne kvelden.

Harpist Ellen Sejersted Bødtker ønsket gjestene velkommen med vakker harpesolo og sanger Berit Meland avsluttet talene med Gabriellas sang. Det var vakkert!

Tiden fremover vil jeg ha fokus på å spre det budskapet jeg har med boken min – at vi ALLE har noe unikt – noe som er vår gave og som vi kan gi videre.

Jeg vil fortsette å coache mine klienter, både nye og de jeg allerede har. Jeg vil være å finne ute på foredrag og boksigneringer, men også prøve å holde noen inspirerende kvelder her i Villa Hvalstad.

Og etter en stund vil jeg igjen stoppe opp, og finne tilbake til min opprinnelige drøm på nytt. Det skjer når vi har det travelt eller blir oppslukt av enten det spennende eller det triste at vi mister den opprinnelige drømmen av syne for en kort eller lang stund. Men det gode er at den aldri blir borte. Ikke noe av det vi ER kan bli borte – det ligger der til vi er klare til å hente det frem igjen.

Jeg håper at du vil ha glede av boken og at du vil bli inspirert til å finne DIN hjertevei!

Kjærlig hilsen

*Ellen Vahr*

**EN VIDEO OM Å FØLGE DRØMMER - LØRDAG 10. SEPTEMBER**  
**VIBEKE STØLEN ANDRUP og ELLEN VAHR**  
[www.lwmagazine.no](http://www.lwmagazine.no)

Vibeke Stølen Andrup, designer og kvinnen bak **Alpaca Society** forteller sin historie i min bok, *Drømmekraft*. Vi har denne uken blitt filmet av nettmagasinet **LWmagazine.no**. Her snakker vi litt om hvordan vi fant mot til å gå mot våre drømmer og hva som ga oss styrke. Vi håper at filmen vil inspirere deg!

Se videoen på [www.lwmagazine.no](http://www.lwmagazine.no) lørdag 10.september!



**BOKSIGNERING hos GULLFUGL på OPPEGÅRD STASJON**  
**TORS DAG 15. SEPTEMBER kl.14 – 19**  
[www.gullfugl.no](http://www.gullfugl.no)

15. september kl.12.00 åpner Elisabeth Gullner - **Gullfugl** - Fabrikk & Butikk på Oppegård Stasjon. Her selger hun ullprodukter, tunikaer, samt klær, gaver, bøker og interiør fra 8 kvinnelige gründere i Follo-området.

Jeg signerer min bok, *Drømmekraft*, hos Gullfugl denne dagen mellom kl.12 og 18. Velkommen☺



**BOKSIGNERING hos BINDI i Smuget 1 i ASKER**  
**FREDAG 16. SEPTEMBER kl.16 - 18**  
[www.bindi.no](http://www.bindi.no)

**Bindi** ble kåret til Årets Motebutikk 2010 og er en herlig liten oase med flotte og spennende klær fra designere som Leila Hafzi, Undorn, Edun, Alpaca Society, Bjørg Jewellery.....

16. september signerer jeg min bok, *Drømmekraft*, hos Bindi i Asker mellom kl.16-18. Velkommen☺



**FOREDRAG GYLDENDALhuset i Oslo**  
**LØRDAG 17. SEPTEMBER kl.13 – 14**  
[www.oslobokfestival.no](http://www.oslobokfestival.no)

Bærer du på en drøm? Jeg holder foredrag om kunsten å lykkes med drømmer på Gyldendalhuset i Oslo. Etter foredraget åpner vi for spørsmål og jeg er tilgjengelig for alle spørsmål dere måtte ha.

Adressen til Gyldendal er Sehesteds gate 4 (rett over gaten for Det Norske Teatret). Mitt foredrag er i Ibsenhallen.

Det er Oslo Bokfestival og stor bokfest i byen. Jeg håper riktig mange har lyst til å komme til Oslo denne dagen, høre på mitt foredrag og samtidig se det flotte Gyldendalhuset.

Foredraget er gratis og åpent for alle!

ALLE BILDER ER FRA MIN  
BOKLANSERING 1.9  
VILLA HVALSTAD  
FOTOGRAF LIZ PALM  
[www.palm.no](http://www.palm.no)



Ellen Sejersted Bødtker  
[www.harpe.no](http://www.harpe.no)



**BOKFEST I OPERAEN i Oslo**  
**HOVEDSCENEN SØNDAG 18. SEPTEMBER KL.13.00**  
[www.oslobokfestival.no](http://www.oslobokfestival.no)

De norske bokklubbene inviterer til bokfest i Operaen. Jeg er så heldig å ha blitt invitert med i meget godt selskap. Program:

Se og lytt til drømmer i mange skikkelser. **Cecilia Samartin** presenter *La Peregrina*, en storslagen, mytologisk fortelling og en hyllest til livet. **Lucinda Riley** skildrer kjærlighetsdrømmer fra Østen i *Orkideens hemmelighet*. **Marina Fiorato** og **Ellen Vahr** er ute med ferske bøker. Spellemannpsivinner **Thom Hell** bærer oss med et besøk og serverer publikum smektende låter. Programleder: **Annette Orre**. Arrangementet er gratis og åpent for alle!



**ESSENCE ENERGYWORK med**  
**MARIANNE EVINA BRUDEVOLD i VILLA HVALSTAD**  
**ONSDAG 28.9 og 2.11 kl.19 – 21.30**  
[www.essensiell.no](http://www.essensiell.no)

Essence Energywork har som mål å vekke energi i kroppen vår som har stagnert eller blitt undertrykt, slik at vi kan leve fullt og helt den vi er. Det brukes enkle teknikker og meditasjoner for å løsne opp i blokkeringer og for å åpne hjertet og bli kjent med stillheten i deg selv.

Kveldene ligner i form på vakre stille kvelder – men med den forskjell at det den første halvdel er større grad av samtale rundt meditasjonsteknikkene. Siste halvdel er stillhet, lett healing og hvile på madrasser. Du kan komme 15 min før for registrering og bli i 15 min etter avslutning med egne spørsmål. Du kan gå på en kveld eller flere. Påmelding: [ellen@ellenvahr.no](mailto:ellen@ellenvahr.no).



**DAMEFEBER**  
**HÅNDVERKEREN KONFERANSEENTER, Rosenkrantzgt.7 i Oslo**  
**ONSDAG 18. OKTOBER KL.10.00 – 16.00**  
[www.damefeber.no](http://www.damefeber.no)

Ønsker du å virkeliggjøre drømmen din? Kom og tilbring en inspirerende dag med oss. Bli motivert til å ta nye grep og lær hvordan du kan lykkes med å skape nødvendig forandring i livet ditt. Mange spennende gründere som står på stands. Fine goodie-bags til alle! Jeg er årets konferansier. Påmelding senest 1.10 på [www.damefeber.no](http://www.damefeber.no)

- 10.00 – 11.00 Utstilling - møte med gründere
- 11.00 – 11.15 Velkommen ved **Elisabeth Gullner**
- 11.15 – 12.45 Hva er det med kvinner og selvtilitt? **Birgit Semundseth**
- 12.45 – 13.45 Lunsj og utstilling / mingling
- 13.45 – 14.15 Bærer du på en drøm? **Ellen Vahr**
- 14.15 - 14.30 Årets Damebedrift, presentasjon av de 3 nominerte
- 14.30 - 15.00 Kaffepause
- 15.00 - 16.00 Fra drøm til virkelighet:  
**CKL Interiør, Lotta Lunde**  
**Seeme, Cathrine Brandt**  
**Silke Forlag, Wenche Haugland/ Christine Leborg**
- 16.00 Avslutning

*Ellen Vahr*



*Sanger Berit Meland*  
[www.beritmeland.no](http://www.beritmeland.no)

