

EK PR & KOMMUNIKATION

EKPR inleder samarbete med Sara Brinell Svelander – författaren som vill förändra hur vi möter livet, sorgen och kärleken



EKPR är stolta över att presentera ett nytt och betydelsefullt samarbete med Sara Brinell Svelander – yogainstruktör, andningscoach, meditationsledare och nu aktuell som författare. Genom sina två inspirerande böcker, *"Ett med naturen"* och *"Kärleken är störst av allt"*, öppnar Sara dörren till ett nytt sätt att möta livet - med mod, närvaro och en djup förståelse för människans sårbarhet och styrka.

I *"Ett med naturen"* delar Sara med sig av sin passion för naturen och visar hur den kan bli en läkande kraft och vägledare i våra liv. Uppvuxen nära skog och fjäll i Jämtland använder hon sina egna erfarenheter och vackra fotografier från årets alla årstider för att inspirera läsaren till att finna lugn, styrka och klarhet genom en djupare kontakt med naturen.

- Naturen har visat mig hur enkelt livet kan vara. När vi släpper taget om det komplicerade finner vi skönheten i nuet och lär oss möta våra rädslor och utmaningar, säger Sara Brinell Svelander



I Saras andra bok, *"Kärleken är störst av allt"*, går hon ännu djupare och delar modigt sin personliga resa genom sorgen efter förlusten av sina älskade föräldrar. Det är en bok som vågar närma sig döden och den rädsla som många av oss bär, men framför allt är det en bok om kärlekens kraft att hela och bära oss igenom livets svåraste stunder.

- Jag vill ge läsaren en varm och trygg kram genom orden och vara en hand att hålla i när livet känns svårt. Ibland behöver vi alla en liten kärleksfull push i rätt riktning, och delvis ger jag även den. Kärleken är den största kraft vi har, och med den kan vi läka och leva vidare, berättar Sara.



Sara har sedan 2014 hjälpt tusentals människor att hitta tillbaka till närvaron, balansen och livsglädjen genom yoga, meditation och breathwork. Hennes egna erfarenheter av psykisk ohälsa och utbrändhet ger hennes föreläsningar, coaching och författarskap en unik trovärdighet och äkthet.

För EKPR är samarbetet med Sara en viktig och naturlig satsning på en profil som speglar tidens behov av ärlighet, autenticitet och mod att tala om det som verkligen betyder något.

- Vi valde att samarbeta med Sara för att hon vågar lyfta frågor som många undviker. Hennes budskap om självkärlek, naturens läkande kraft och modet att möta det svåra känns inte bara viktigt utan helt nödvändigt idag. Tillsammans vill vi bidra till att hennes inspirerande budskap når ut till så många som möjligt, säger Linnea Dubois, byråchef på EKPR & Kommunikation.



För mer information, pressbilder och intervjuförfrågningar samt föreläsningsförfrågningar, kontakta EKPR & Kommunikation:

Linnea Dubois: 0735313099 | linnea.dubois@ekpr.com | [EKPR Bildbank](#)