

Themadag Grenzen



STOP

Worstel je met **BALANS** tussen kerk, werk en gezin?

Kom je vaak **TIJD** te kort?

Vind je het moeilijk om **KEUZES** te maken?

Ben je de laatste tijd zo **MOE**?

Moet je altijd voor een **ANDER** klaarstaan?



Begrenzen: egoïstisch of liefdevol?
Ontdek het op de themadag 'GRENZEN'.

HO Stop!

Meld
je nu
aan!

THEMADAG OVER GRENZEN

‘Heb de ander lief, dien de ander, acht de ander uitnemender dan jezelf!’ Herken je dit? Je kunt je verantwoordelijk voelen voor alles en iedereen; alle ballen in de lucht willen houden; vooral aan het zorgen zijn voor de ander. Dat kan leiden tot minder plezier in het leven, oververmoeidheid, zelfs tot een burn-out. De balans is zoek.

Er voor de ander willen zijn en een steentje bijdragen is prima, zelfs mooi! Maar niet als dat ten koste van jezelf gaat.

Op deze themadag staan ‘grenzen’ centraal. Hoe zit het met IK en de ANDER? Wat hebben grenzen en ruimte ervaren met elkaar te maken? In hoeverre zijn grenzen en vrijheid met elkaar verbonden? Is begrenzen egoïstisch of liefdevol?

Op de dag zal naast een korte inleiding, vooral het ervaren en doen centraal staan. Na deze dag ben je je meer bewust van jouw eigen patronen en heb je eerste handvatten om regie te nemen over je eigen leven. Op weg naar meer balans en energie!

Trainers voor deze dag:



Marjon Beute

Register counselor en integratief coach



Inge Visscher

Transpersoonlijk integratief therapeut



Joke Bosman

Register counselor en integratief coach

Kosten

€ 95,-
Incl. koffie/thee

Datum en plaats

28 maart 2020
Hattem

Opgeven kan per mail tot 13 maart 2020.

Bel of mail gerust voor meer info:

Email: jim@solcon.nl | Marjon: 06 255 883 15 | Inge: 06 151 877 25 | Joke: 06 234 811 64

