

Ont-moet

Jezelf

Voel jij soms de druk van alles wat **moet**? Vraag je je af wat je eigenlijk **niet hoeft**?
Wil jij jezelf leren kennen zonder alle verplichtingen en verwachtingen?
Doe mee met de Ont-moet Jezelf training!

Ont-moet Jezelf staat helemaal in het teken van persoonlijke groei, zelfreflectie en ontmoeting. In deze training nemen we je mee op een reis naar jezelf. Je leert niet alleen jezelf beter kennen, maar ook hoe je vriendelijker met jezelf om kunt gaan.

Onze ervaringsdeskundige trainers begeleiden vanuit eigen levenservaring en werken vanuit (h)erkenning, vertrouwen en gelijkwaardigheid.

Voor iedereen die nieuwsgierig is naar zichzelf, die even stil wil staan in de drukte of die behoefte heeft aan verbinding met zichzelf én met anderen.

Ervaring is niet nodig, alleen een open houding en respect voor elkaars proces. Je krijgt ruimte om te delen, te luisteren, te oefenen en stil te staan.

Alles mag, niets moet.

21
JUL

Wie ben ik

loskomen van rollen en verwachtingen

11
AUG

Wat wil ikzelf

en wat mag ik loslaten

28
JUL

Wat is mijn verhaal

en hoe kijk ik naar mijn leven

18
AUG

Waar word ik blij van

wat geeft en kost mij energie

04
AUG

Hoe zie ik mijzelf

en hoe wil ik mijzelf leren kennen

25
AUG

Welke kant ga ik op

hoe ga ik verder en durf ik het aan

De training bestaat uit 6 bijeenkomsten. Je kunt zelf kiezen of je één, meer of alle bijeenkomsten volgt.

Wanneer?

Elke maandagmiddag op bovenstaande data
14:00 - 16:00

Waar?

Herstelacademie De Post
Joan Blasiusstraat 100

Meedoen?

Geef het door bij de balie van Herstelacademie De Post
of stuur een Whatsapp-bericht naar 06 - 429 850 14

Ont-moet

Jezelf

Voel jij soms de druk van alles wat **moet**? Vraag je je af wat je eigenlijk **niet hoeft**?
Wil jij jezelf leren kennen zonder alle verplichtingen en verwachtingen?
Doe mee met de Ont-moet Jezelf training!

Ont-moet Jezelf staat helemaal in het teken van persoonlijke groei, zelfreflectie en ontmoeting. In deze training nemen we je mee op een reis naar jezelf. Je leert niet alleen jezelf beter kennen, maar ook hoe je vriendelijker met jezelf om kunt gaan.

Onze ervaringsdeskundige trainers begeleiden vanuit eigen levenservaring en werken vanuit (h)erkenning, vertrouwen en gelijkwaardigheid.

Voor iedereen die nieuwsgierig is naar zichzelf, die even stil wil staan in de drukte of die behoefte heeft aan verbinding met zichzelf én met anderen.

Ervaring is niet nodig, alleen een open houding en respect voor elkaars proces. Je krijgt ruimte om te delen, te luisteren, te oefenen en stil te staan.

Alles mag, niets moet.

21
JUL

Wie ben ik

loskomen van rollen en verwachtingen

11
AUG

Wat wil ikzelf

en wat mag ik loslaten

28
JUL

Wat is mijn verhaal

en hoe kijk ik naar mijn leven

18
AUG

Waar word ik blij van

wat geeft en kost mij energie

04
AUG

Hoe zie ik mijzelf

en hoe wil ik mijzelf leren kennen

25
AUG

Welke kant ga ik op

hoe ga ik verder en durf ik het aan

De training bestaat uit 6 bijeenkomsten. Je kunt zelf kiezen of je één, meer of alle bijeenkomsten volgt.

Wanneer?

Elke maandagmiddag op bovenstaande data
14:00 - 16:00

Waar?

Herstelacademie De Post
Joan Blasiusstraat 100

Meedoen?

Mail of app je naam, adres en telefoonnummer
naar meedoen@denhaag.nl of 06 - 429 850 14