

Elke vrouw is uniek en speelt de hoofdrol in haar eigen levensverhaal

Herken je dat, dat je in het bestaan van alledag zomaar kunt vergeten om voor jezelf te zorgen. Dat je energie verliest zonder dat je het oplost. Dat je moeilijk om hulp vraagt omdat je het zo goed alleen regelt. Dat je je niet begrepen voelt en in een strijd belandt. Of dat je net niet doet waar je blij van wordt.



Bernadette Sterk

Femme Vitale

Biedt vrouwen ruimte andere vrouwen te ontmoeten en je vrouwelijk potentieel te vergroten. Deze groep biedt je bedding om stil te staan bij jezelf. Waar sta je nu en wat is jouw verlangen? Welke talenten heb jij en welke zou je als vrouw graag meer ontwikkelen? Welk pad wil jij gaan, waar verlies je energie en waar haal je juist kracht vandaan, hoe blijf jij vitaal? Vier bijeenkomsten om te rusten, te experimenteren, te groeien, te genieten en vitaliteit te ervaren. We werken met gedichten, symboliek, lichaamswerk, (familie-) opstellingen & ervaringsgerichte oefeningen.

Thema's waar we mee werken

Uitreiken & vragen
Grenzen & ruimte voor jezelf
Kracht & kwetsbaarheid
Eenzaamheid & verbinden

Voor wie?

Voor vrouwen die behoefte hebben om met andere vrouwen in contact te zijn en open te staan om thema's die je tegenkomt met elkaar te delen en van elkaar te leren.

Elly woont met man en 2 zonen in De Bilt. Ze begeleidt deze groep vanuit haar passie voor het zoeken naar ieders uniek zijn en veerkracht; oké zijn met hoe/wat je ook maar ervaart. Als vrouw en moeder heeft ze deze vraag zelf ook. Als begeleider werkt ze ermee.

Yol is getrouwd en moeder van 2 zonen. Ze heeft ervaren hoe krachtig en rustgevend een vrouwenbedding kan zijn. Hoe je kunt groeien door samen te ervaren. En hoe heerlijk het is vitaal te zijn, ongeacht wat er voorvalt in je leven.

Dat is voor ons de inspiratie om te gaan werken met vrouwen en onze ervaringen te delen.

Data	4 dagen: 27 juni - 16 september - 31 oktober - 11 december 2019
Tijd	Inloop 9.15 uur. Programma 9.30 - 16.30 uur
Groep	Minimaal 10 - maximaal 12 vrouwen
Kosten	€ 520,00 inclusief lunch, koffie, thee & lekkers
Locatie	Hof van Barlo in Groenekan http://www.hofvanbarlo.nl/contact-en-route.html
Aanmelding	Tot uiterlijk 25 april 2019 Via Yol: info@ouderschapscoaching.nl of Elly: info@relatietherapiedebilt.nl

Begeleiding & meer informatie

Yol Kuijer - Ouderschapscoaching - relatietherapie & training
Elly van der Woude - Gezins- en relatietherapeut

www.ouderschapscoaching.nl
www.ellyvanderwoude.nl

Je bent van harte welkom.