

Van overleven naar leven

Je hebt een ingrijpende periode achter de rug en het gewone ritme dient zich weer aan. Je krijgt je oude leven terug, maar dan nieuw. Hoe kom je bij jezelf? Hoe schakel je om van overleven naar leven? Hoe kom je in het NU?

In deze workshop worden manieren aangereikt om, misschien wel meer dan voorheen, middenin het leven te staan. Wat doe je met de onzekerheid die zich af en toe opdringt? Hoe kun je positief blijven, met de wetenschap van je kwetsbaarheid? Hoe maak je alsnog je dromen waar? We bespreken op welke manier je dit kunt ervaren en vormgeven. Er wordt met inspirerende oefeningen gewerkt vanuit jouw kracht.

Aan bod komen de thema's

- × Waar sta je?
Levensomstandigheden
- × Wat ervaar je?
Hoe ben je gevormd
- × Wat is er veranderd?
Positief & negatief
- × Wat wil je (niet meer)?
Je wens en je doel;
 - ✓ persoonlijk
 - ✓ sociaal-maatschappelijk
 - ✓ spiritueel
- × Waar liggen je uitdagingen en je kansen?
Realisme & realiseren

Esther van Rein begeleidt vanuit haar achtergrond als coach, trainer en ervaringsdeskundige

Data	8, 15, 22 en 29 november
Tijd	09:30 – 12:30 uur
Kosten	€ 30,- per keer
Locatie	Centrum de Appel Groesbeekseweg 428 te Nijmegen www.centrumdeappel.nl
Informatie	info@vanreincoaching.nl 06 2721 7931 www.vanreincoaching.nl