



Workshop **Waar ben ik gebleven?**

Waar sta jij?

Weet je even niet meer waar je staat? Druk met werken, zorgen en de waan van de dag?

We nodigen je uit voor een inspirerende ontdekkingsreis dichtbij huis. Met vragen en oefeningen onderzoek je waar je staat en waar je grenzen lopen.

Doe mee op zaterdag 21 april of op donderdag 7 juni.

Geef je uiterlijk twee weken van tevoren op via gestaltpraktijken@gmail.com.

Kosten € 45,00.

Wanneer?
zaterdag 21 april
2018
10.00-13.00 uur

of
donderdag 7 juni
2018
19.00-22.00 uur

in Hoorn

Onderzoeken
Ontdekken

WORKSHOPLEIDERS

Marjolein Kleian
Therapie & Coaching
Praktijk Het Veld

Helen van Wessel
Coaching & Training



Wat is Gestalt?

De gestaltbenadering gaat uit van het hier-en-nu. In gestalt hebben we het vaak over het gewaarzijn of 'awareness': het bewustzijn van wat je voelt, denkt en doet. Misschien ken je deze begrippen van mindfulness. Met oefeningen kun je dit gewaarzijn vergroten. En dat helpt je om weer te weten wat je eigenlijk wilt.

Contact is een ander belangrijk begrip in gestalt. Hoe maak je de verbinding? Met jezelf en met anderen? Hoe kun je hierin groeien?

Marjolein Kleian en Helen van Wessel zijn beiden gestaltcoach en gestalttherapeut.



Alvast in je agenda?
Workshop najaar 2018

Je andere kant

6 oktober 10.00-13.00 of
29 november 19.00-22.00

Marjolein Kleian
www.hetveld.nu

Helen van Wessel
www.helenvanwessel.nl

Gestalt Noord-Holland-Noord is een samenwerkingsverband van gestaltcoaches en –therapeuten in de kop van Noord-Holland. Wij willen je graag laten kennismaken met onze manier van werken.

www.gestaltpraktijken.nl